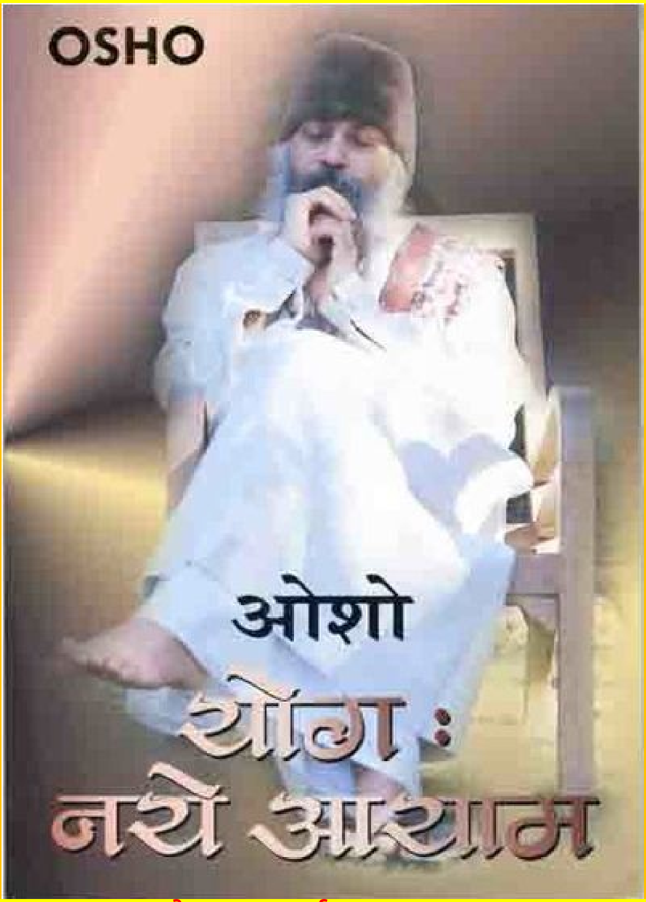
योग : नये आयाम



Also titled as : चेतना का सूर्य (Chetna Ka Surya)

प्रवचन -क्रम

1. जगत--एक परिवार 2
2. घर--मंदिर 21
3. प्रेम का केंद्र 35
4. परम जीवन का सूत्र 53
5. सरल सत्य 68
6. संन्यास की दिशा 75

योग: नये आयाम
पहला प्रवचन

जगत--एक परिवार

योग एक विज्ञान है, कोई शास्त्र नहीं है। योग का इस्लाम, हिंदू, जैन या ईसाई से कोई संबंध नहीं है।
लेकिन चाहे जीसस, चाहे मोहम्मद, चाहे पतंजलि, चाहे बुद्ध, चाहे महावीर, कोई भी व्यक्ति जो सत्य को उपलब्ध हुआ है, बिना योग से गुजरे हुए उपलब्ध नहीं होता। योग के अतिरिक्त जीवन के परम सत्य तक पहुंचने का कोई उपाय नहीं है। जिन्हें हम धर्म कहते हैं वे विश्वासों के साथी हैं। योग विश्वासों का नहीं है, जीवन सत्य की दिशा में किए गए वैज्ञानिक प्रयोगों की सूत्रवत प्रणाली है।
इसलिए पहली बात मैं आपसे कहना चाहूंगा वह यह कि योग विज्ञान है, विश्वास नहीं। योग की अनुभूति के लिए किसी तरह की श्रद्धा आवश्यक नहीं है। योग के प्रयोग के लिए किसी तरह के अंधेपन की कोई जरूरत नहीं है। नास्तिक भी योग के प्रयोग में उसी तरह प्रवेश पा सकता है जैसे आस्तिक। योग नास्तिक-आस्तिक की भी चिंता नहीं करता है।
विज्ञान आपकी धारणाओं पर निर्भर नहीं होता; विपरीत, विज्ञान के कारण आपको अपनी धारणाएं परिवर्तित करनी पड़ती हैं। कोई विज्ञान आपसे किसी प्रकार के बिलीफ, किसी तरह की मान्यता की अपेक्षा नहीं करता है। विज्ञान सिर्फ प्रयोग की, एक्सपेरिमेंट की अपेक्षा करता है। विज्ञान कहता है, करो, देखो। विज्ञान के सत्य चूंकि वास्तविक सत्य हैं, इसलिए किन्हीं श्रद्धाओं की उन्हें कोई जरूरत नहीं होती है। दो और दो चार होते हैं, माने नहीं जाते। और कोई न मानता हो तो खुद ही मुसीबत में पड़ेगा; उससे दो और दो चार का सत्य मुसीबत में नहीं पड़ता है।
विज्ञान मान्यता से शुरू नहीं होता; विज्ञान खोज से, अन्वेषण से शुरू होता है। वैसे ही योग भी मान्यता से शुरू नहीं होता; खोज, जिज्ञासा, अन्वेषण से शुरू होता है। इसलिए योग के लिए सिर्फ प्रयोग करने की शक्ति की आवश्यकता है, प्रयोग करने की सामर्थ्य की आवश्यकता है, खोज के साहस की जरूरत है; और कोई भी जरूरत नहीं है।
योग विज्ञान है, जब ऐसा कहता हूं, तो मैं कुछ सूत्र की आपसे बात करना चाहूं, जो योग-विज्ञान के मूल आधार हैं। इन सूत्रों का किसी धर्म से कोई संबंध नहीं है, यद्यपि इन सूत्रों के बिना कोई भी धर्म जीवित रूप से खड़ा नहीं रह सकता है। इन सूत्रों को किसी धर्म के सहारे की जरूरत नहीं है, लेकिन इन सूत्रों के सहारे के बिना धर्म एक क्षण भी अस्तित्व में नहीं रह सकता है।
योग का पहला सूत्रः योग का पहला सूत्र है कि जीवन ऊर्जा है, लाइफ इ.ज एनर्जी। जीवन शक्ति है।
बहुत समय तक विज्ञान इस संबंध में राजी नहीं था; अब राजी है। बहुत समय
तक विज्ञान सोचता थाः जगत पदार्थ है, मैटर है। लेकिन योग ने विज्ञान की खोजों से हजारों वर्ष पूर्व से यह घोषणा कर रखी थी कि पदार्थ एक असत्य है, एक झूठ है, एक इल्यूजन है, एक भ्रम है। भ्रम का मतलब यह नहीं कि नहीं है। भ्रम का मतलबः जैसा दिखाई पड़ता है वैसा नहीं है और जैसा है वैसा दिखाई नहीं पड़ता है। लेकिन विगत तीस वर्षों में विज्ञान को एक-एक कदम योग के अनुरूप जुट जाना पड़ा है।
अठारहवीं सदी में वैज्ञानिकों की घोषणा थी कि परमात्मा मर गया है, आत्मा का कोई अस्तित्व नहीं है, पदार्थ ही सब कुछ है। लेकिन विगत तीस वर्षों में ठीक उलटी स्थिति हो गई है। विज्ञान को कहना पड़ा कि पदार्थ है ही नहीं, सिर्फ दिखाई पड़ता है। ऊर्जा ही सत्य है, शक्ति ही सत्य है। लेकिन शक्ति की तीव्र गति के कारण पदार्थ का भास होता है।
दीवालें दिखाई पड़ रही हैं एक, अगर निकलना चाहेंगे तो सिर टूट जाएगा। कैसे कहें कि दीवालें भ्रम हैं? स्पष्ट दिखाई पड़ रही हैं, उनका होना है।
पैरों के नीचे जमीन अगर न हो तो आप खड़े कहां रहेंगे?

नहीं, इस अर्थों में नहीं विज्ञान कहता है कि पदार्थ नहीं है। इस अर्थों में कहता है कि जो हमें दिखाई पड़ रहा है, वैसा नहीं है।
अगर हम एक बिजली के पंखे को बहुत तीव्र गति से चलाएं तो उसकी तीन पंखुड़ियां तीन दिखाई पड़नी बंद हो जाएंगी। क्योंकि पंखुड़ियां इतनी तेजी से घूमेंगी कि उनके बीच की खाली जगह, इसके पहले कि आप देख पाएं, भर जाएगी। इसके पहले कि खाली जगह आंख की पकड़ में आए, कोई पंखुड़ी खाली जगह पर आ जाएगी। अगर बहुत तेज बिजली के पंखे को घुमाया जाए तो आपको टीन का एक गोल वृत्त घूमता हुआ दिखाई पड़ेगा, पंखुड़ियां दिखाई नहीं पड़ेंगी। आप गिनती करके नहीं बता सकेंगे कि कितनी पंखुड़ियां हैं। अगर और तेजी से घुमाया जा सके तो आप पत्थर फेंक कर पार नहीं निकाल सकेंगे, पत्थर इसी पार गिर जाएगा। अगर और तेज घुमाया जा सके, जितनी तेजी से परमाणु घूम रहे हैं, अगर उतनी तेजी से बिजली के पंखे को घुमाया जा सके, तो आप मजे से उसके ऊपर बैठ सकते हैं, आप गिरेंगे नहीं। और आपको पता भी नहीं चलेगा कि पंखुड़ियां नीचे घूम रही हैं। क्योंकि पता चलने में जितना वक्त लगता है, उसके पहले नई पंखुड़ी आपके नीचे आ जाएगी। आपके पैर खबर दें आपके सिर को कि पंखुड़ी बदल गई, इसके पहले दूसरे पंखुड़ी आ जाएगी। बीच के गैप, बीच के अंतराल का पता न चले तो आप मजे से खड़े रह सकेंगे।
ऐसे ही हम खड़े हैं अभी भी। अणु तीव्रता से घूम रहे हैं, उनके घूमने की गति तीव्र है इसलिए चीजें ठहरी हुई मालूम पड़ती हैं। जगत में कुछ भी ठहरा हुआ नहीं है। और जो चीजें ठहरी हुई मालूम पड़ती हैं, वे सब चल रही हैं।
अगर वे चीजें ही होती चलती हुई तो भी कठिनाई न थी। जितना ही विज्ञान परमाणु को तोड़ कर नीचे गया तो उसे पता चला कि परमाणु के बाद तो फिर पदार्थ नहीं रह जाता, सिर्फ ऊर्जा कण, इलेक्ट्रांस रह जाते हैं, विद्युत कण रह जाते हैं। उनको कण कहना भी ठीक नहीं है, क्योंकि कण से पदार्थ का ख्याल आता है। इसलिए अंग्रेजी में एक नया शब्द उन्हें गढ़ना पड़ा, उस शब्द का नाम क्वांटा है। क्वांटा का मतलब हैः कण भी, कण नहीं भी; कण भी और लहर भी, एक साथ। विद्युत की तो लहरें हो सकती हैं, कण नहीं हो सकते। शक्ति की लहरें हो सकती हैं, कण नहीं हो सकते। लेकिन हमारी भाषा पुरानी है, इसलिए हम कण कहे चले जाते हैं। ऐसे कण जैसी कोई भी चीज नहीं है। अब विज्ञान की नजरों में यह सारा जगत ऊर्जा का, विद्युत की ऊर्जा का विस्तार है।
योग का पहला सूत्र यही हैः जीवन ऊर्जा है, शक्ति है।
दूसरा सूत्र योग काः शक्ति के दो आयाम हैं--एक अस्तित्व और एक अनस्तित्व; एक्झिस्टेंस और नॉन-एक्झिस्टेंस।
शक्ति अस्तित्व में भी हो सकती है और अनस्तित्व में भी हो सकती है। अनस्तित्व में जब शक्ति होती है तो जगत शून्य हो जाता है और जब अस्तित्व में होती है तो सृष्टि का विस्तार हो जाता है। जो भी चीज है, योग मानता है, वह नहीं है भी हो सकती है। जो भी है, वह न होने में भी समा सकती है। जिसका जन्म है, उसकी मृत्यु है। जिसका होना है, उसका न होना है। जो दिखाई पड़ती है, वह न दिखाई पड़ सकती है।
योग का मानना है, इस जगत में प्रत्येक चीज दोहरे आयाम की है, डबल डायमेंशन की है। इस जगत में कोई भी चीज एक-आयामी नहीं है।
हम ऐसा नहीं कह सकते कि एक आदमी पैदा हुआ और फिर नहीं मरा। हम कितना ही लंबाएं उसके जीवन को, फिर-फिर कर हमें पूछना पड़ेगा कि कभी तो मरा होगा, कभी तो मरेगा। ऐसा कंसीव करना, ऐसी धारणा भी बनानी असंभव है कि एक छोर हो जन्म का और दूसरा छोर मृत्यु का न हो। दूर हो, कितना ही दूर हो, अंतहीन मालूम पड़े दूरी, लेकिन दूसरा छोर अनिवार्य है। एक छोर के साथ दूसरा छोर वैसे ही अनिवार्य है, जैसे एक सिक्के के दो पहलू अनिवार्य हैं। अगर एक ही पहलू का कोई सिक्का हो सके... तो असंभव मालूम होता है, यह नहीं हो सकता है। दूसरा पहलू होगा ही! क्योंकि एक पहलू होने के लिए ही दूसरे पहलू को होना पड़ेगा। विज्ञान का, योग-विज्ञान का दूसरा सूत्र हैः प्रत्येक चीज दोहरे आयाम
की है। होने का एक आयाम है, एक्झिस्टेंस का; नॉन-एक्झिस्टेंस का दूसरा आयाम है, न होने का।
जगत है, जगत नहीं भी हो सकता है। हम हैं, हम नहीं भी हो सकते हैं। जो भी है, वह नहीं हो सकता है। नहीं होने का आप यह मतलब मत लेना कि कोई दूसरे रूप

में हो जाएगा। बिल्कुल नहीं भी हो सकता है। अस्तित्व एक पहलू है, अनस्तित्व दूसरा पहलू है।
सोचना कठिन मालूम पड़ता है कि नहीं होने से होना कैसे निकलेगा? होना, नहीं होने में कैसे प्रवेश कर जाएगा? लेकिन अगर हम जीवन को चारों ओर देखें तो हमें पता चलेगा कि प्रतिपल, जो नहीं है, वह हो रहा है; जो है, वह नहीं होने में खो रहा है।
यह सूर्य है हमारा। यह रोज ठंडा होता जा रहा है। इसकी किरणें शून्य में खोती जा रही हैं। वैज्ञानिक कहते हैं कि चार हजार वर्ष तक और गरम रह सकेगा। चार हजार वर्षों में इसकी सारी किरणें शून्य में खो जाएंगी, तब यह भी शून्य हो जाएगा।
अगर शून्य में किरणें खो सकती हैं तो फिर शून्य से किरणें आती भी होंगी, अन्यथा सूर्यों का जन्म कैसे होगा? विज्ञान कहता है कि हमारा सूर्य मर रहा है, लेकिन दूसरे सूर्य दूसरे छोरों पर पैदा हो रहे हैं। वे कहां से पैदा हो रहे हैं? वे शून्य से पैदा हो रहे हैं।
वेद कहते हैं कि जब कुछ नहीं था। उपनिषद भी बात करते हैं उस क्षण की जब कुछ नहीं था। बाइबिल भी बात करती है उस क्षण की जब कुछ नहीं था, ना-कुछ ही था, नथिंगनेस ही थी। उस ना-कुछ से होना पैदा होता है और होना प्रतिपल ना- कुछ में लीन होता चला जाता है। अगर हम पूरे अस्तित्व को एक समझें तो इस अस्तित्व के निकट ही हमें अनस्तित्व को भी स्वीकार करना पड़ेगा।
योग का दूसरा सूत्र हैः प्रत्येक अस्तित्व के पीछे अनस्तित्व जुड़ा है।
तो शक्ति के दो आयाम हैंः अस्तित्व और अनस्तित्व। शक्ति हो भी सकती है, नहीं भी हो सकती है, न में भी खो सकती है। इसलिए योग मानता है, सृष्टि सिर्फ एक पहलू है, प्रलय दूसरा पहलू है। ऐसा नहीं है कि सब कुछ सदा रहेगा; खोएगा, शून्य भी हो जाएगा। फिर-फिर होता रहेगा, खोता रहेगा। जैसे एक बीज को तोड़ कर देखें, तो कहीं किसी वृक्ष का कोई पता नहीं चलता। कितना ही खोजें, वृक्ष की कहीं कोई खबर नहीं मिलती। लेकिन फिर इस छोटे से बीज से वृक्ष आता जरूर है। कभी हमने नहीं सोचा कि बीज में जो कभी भी नहीं मिलता है, वह कहां से आता है? और इतने छोटे से बीज में इतने बड़े वृक्ष का छिपा होना?
फिर वह वृक्ष बीजों को जन्म देकर फिर खो जाता है। ठीक ऐसे ही पूरा अस्तित्व बनता है, खोता है। शक्ति अस्तित्व में आती है और अनस्तित्व में चली जाती है।
अनस्तित्व को पकड़ना बहुत कठिन है। अस्तित्व तो हमें दिखाई पड़ता है। इसलिए योग की दृष्टि से, जो सिर्फ अस्तित्व को मानता है, जो समझता है कि अस्तित्व ही सब कुछ है, वह अधूरे को देख रहा है। और अधूरे को जानना ही अज्ञान है। अज्ञान का अर्थ न जानना नहीं है, अज्ञान का अर्थ अधूरे को जानना है। जानते तो हम हैं ही, अगर हम इतना भी जानते हैं कि मैं नहीं जानता, तो भी मैं जानता तो हूं ही। जानना तो हममें है ही। इसलिए अज्ञान का अर्थ न जानना नहीं है। अज्ञानी से अज्ञानी भी कुछ जानता ही है। अज्ञान का अर्थ-- योग की दृष्टि में--आधे को जानना है।
और ध्यान रहे, आधा सत्य असत्य से बदतर होता है। क्योंकि असत्य से छुटकारा संभव है, आधे सत्य से छुटकारा बहुत मुश्किल होता है। क्योंकि वह सत्य भी मालूम पड़ता है और सत्य होता भी नहीं। प्रतीत भी होता है कि सत्य है और सत्य होता भी नहीं। अगर असत्य हो पूरा का पूरा, निखालिस असत्य हो, तो उससे छूटने में देर नहीं लगेगी। लेकिन अधूरा, आधा सत्य हो, तो उससे छूटना बहुत मुश्किल हो जाएगा।
और भी एक कारण है कि सत्य जैसी चीज आधी नहीं की जा सकती, आधी करने से मर जाती है। क्या आप अपने प्रेम को आधा कर सकते हैं? क्या आप ऐसा कह सकते हैं किसी से कि मैं तुम्हें आधा प्रेम करता हूं?
या तो प्रेम करेंगे या नहीं करेंगे। आधा प्रेम संभव नहीं है।
क्या आप ऐसा कह सकते हैं कि मैं आधी चोरी करता हूं? हो सकता है, आधे रुपये की चोरी करते हों। लेकिन आधे रुपये की चोरी पूरी ही चोरी है। लाख रुपये की चोरी भी पूरी चोरी है। आधे पैसे की चोरी भी पूरी चोरी है। चोरी

आधी नहीं की जा सकती। आधी चीजों की की जा सकती है। लेकिन चोरी आधी नहीं हो सकती।
आधा! आधे का अर्थ ही यह है कि आप किसी भ्रम में हैं।
तो योग कहता है, जो लोग सिर्फ अस्तित्व को देखते हैं, वे आधे को पकड़े हैं। और आधे को जो पकड़ता है, वह भ्रम में जीता है, वह अज्ञान में जीता है। उसका दूसरा पहलू भी है। जो आदमी कहता है कि मैं जन्म तो लिया हूं, लेकिन मरना नहीं चाहता। वह आदमी आधे को पकड़ रहा है। दुख पाएगा, अज्ञान में जीएगा। और कुछ भी करे, मौत आएगी ही, क्योंकि आधे को काटा नहीं जा सकता है। जन्म को स्वीकार किया है तो मौत उसका आधा हिस्सा है, वह साथ ही जुड़ा है। जो आदमी कहता है, मैं सुख को ही चुनूंगा, दुख को नहीं। वह फिर भूल में पड़ रहा है। योग कहता है, तुम आधे को चुन कर ही गलती में पड़ते हो। दुख सुख का ही दूसरा हिस्सा है। वह आधा हिस्सा है। इसलिए जो आदमी सुखी होना चाहता है, उस आदमी को दुखी होना ही पड़ेगा। जो आदमी शांत होना चाहता है, उसे अशांत होना ही पड़ेगा। कोई उपाय नहीं है।
योग कहता है, आधे को छोड़ देना ही अज्ञान है। वह उसका ही हिस्सा है।
लेकिन हम देखते नहीं पूरे को! जो पहलू हमें दिखाई पड़ता है उसे हम पकड़ लेते हैं और दूसरे पहलू को इनकार किए चले जाते हैं। बिना यह समझे कि जब हमने आधे को पकड़ लिया है तो आधा पीछे प्रतीक्षा कर रहा है, मौजूद है, अवसर की खोज कर रहा है, जल्दी ही प्रकट हो जाएगा।
योग कहता है कि ऊर्जा के दो रूप हैं। और जो दोनों ही रूप को समझ लेता है, वह योग में गति कर पाता है। जो एक रूप को, आधे को पकड़ लेता है, वह अयोगी हो जाता है। जिसको हम भोगी कहते हैं, वह आधे को पकड़े हुए आदमी का नाम है। जिसे हम योगी कहते हैं, वह पूरे को पकड़े हुए का नाम है।
योग का मतलब ही होता है--दि टोटल। योग का मतलब होता है--जोड़। गणित की भाषा में भी योग का मतलब जोड़ होता है। अध्यात्म की भाषा में भी योग का मतलब होता है--इंटीग्रेटेड, दि टोटल, पूरा, समग्र।
भोगी हम उसे नहीं कहते जो योग का दुश्मन है; भोगी हम उसे कहते हैं जो आधे को पकड़ता और आधे को पूरा मान कर जीता है। योगी पूरे को जान लेता है, इसलिए फिर पकड़ता ही नहीं।
यह भी बड़े मजे की बात है! पकड़ने वाले सदा आधे को ही पकड़ने वाले होते हैं, पूरे को जान लेने वाला पकड़ता नहीं। जिसको यह दिखाई पड़ गया कि जन्म के साथ मृत्यु है, अब वह किसलिए जन्म को पकड़े? और वह मृत्यु को भी क्यों पकड़े? क्योंकि वह जानता है मृत्यु के साथ जन्म है। जो जानता है कि सुख के साथ दुख है, वह सुख को क्यों पकड़े? और वह दुख को भी क्यों पकड़े, क्योंकि वह जानता है दुख के साथ सुख है। असल में वह जानता है, सुख और दुख एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। दो चीजें नहीं, एक ही चीज के दो आयाम हैं, दो डायमेंशन हैं। इसलिए योगी, पकड़ने के बाहर हो जाता है, क्लिंगिंग के बाहर हो जाता है। दूसरा सूत्र ठीक से समझ लेना जरूरी है कि ऊर्जा, शक्ति के दो रूप हैं।
और हम सब एक रूप को पकड़ने की कोशिश में लगे होते हैं। कोई जवानी को पकड़ता है, तो फिर बुढ़ापे का दुख पाता है। वह जानता नहीं कि जवानी का दूसरा हिस्सा बुढ़ापा है। असल में जवानी का मतलब है, वह स्थिति जो बूढ़ी हुई जा रही है। जवानी का मतलब है, बुढ़ापे की यात्रा। बूढ़ा आदमी उतने जोर से बूढ़ा नहीं होता, ध्यान रखना, जितने जोर से जवान बूढ़ा होता है। बूढ़ा आदमी धीरे-धीरे बूढ़ा होने लगता है, जवान तेजी से बूढ़ा होता है। जवानी का मतलब ही बूढ़े होने की ऊर्जा है। बूढ़े का मतलब बीत गई जवानी की ऊर्जा है, चुक गई जवानी की ऊर्जा है। एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। एक घर के बाहर का दरवाजा है, एक घर के पीछे का दरवाजा है।
जन्म और मृत्यु, सुख और दुख; जीवन के सभी द्वंद्व--अस्तित्व-अनस्तित्व, आस्तिक-नास्तिक। वे भी आधे-आधे को पकड़ते हैं। इसलिए योग की दृष्टि में दोनों ही अज्ञानी हैं। आस्तिक कहता है कि भगवान बस है। आस्तिक सोच भी नहीं सकता कि भगवान का न होना भी हो सकता है। लेकिन यह बड़ा कमजोर आस्तिक है, क्योंकि यह भगवान को नियम के बाहर कर रहा है। नियम तो सभी चीजों पर एक सा लागू है। भगवान अगर है तो उसका न होना भी होगा।
नास्तिक उसके दूसरे हिस्से को पकड़े है। वह कहता है, भगवान नहीं है।

लेकिन जो चीज नहीं है, वह हो सकती है। और इतने जोर से कहना कि नहीं है,
इस डर की सूचना देता है कि उसके होने का भय है। अन्यथा, नहीं है कहने की कोई जरूरत नहीं है। जब एक आस्तिक कहता है कि नहीं, भगवान है ही, और लड़ने को तैयार हो जाता है, तब वह भी खबर दे रहा है कि भगवान के भी न हो जाने का डर उसे है। अन्यथा क्या बिगड़ता है! कोई कहता है नहीं है तो कहे।
आस्तिक लड़ने को तैयार है, क्योंकि वह भगवान का एक हिस्सा पकड़ रहा है।
वह वही की वही बात है, चाहे अपना जन्म पकड़ो और चाहे भगवान का होना पकड़ो, लेकिन दूसरे हिस्से को इनकार किया जा रहा है।
योग कहता हैः दोनों हैं, होना और न होना साथ ही साथ हैं।
इसलिए योगी नास्तिक को भी कहता है कि तुम भी आ जाओ, क्योंकि आधा सत्य
है तुम्हारे पास; आस्तिक को भी कहता है, तुम भी आ जाओ, क्योंकि आधा सत्य ही है तुम्हारे पास और आधे सत्य असत्य से भी खतरनाक हैं।
दूसरा सूत्र हैः द्वंद्व के बीच शक्ति का विस्तार है।
अंधेरे और प्रकाश के बीच एक ही चीज का विस्तार है, दो चीजें नहीं हैं। लेकिन हमें लगता है दो चीजें हैं। वैज्ञानिक से पूछें! वह कहेगा, दो नहीं हैं। वह कहेगा, जिसे हम अंधेरा कहते हैं, वह सिर्फ कम प्रकाश का नाम है। और जिसे हम प्रकाश कहते हैं, वह कम अंधेरे का नाम है। डिग्रीज का फर्क है। इसलिए रात में, पक्षी हैं जिनको दिखाई पड़ता है। अंधेरा है आपका, उनके लिए अंधेरा नहीं है। क्यों? उनकी आंखें उतने धीमे प्रकाश को भी पकड़ने में समर्थ हैं।
ऐसा नहीं है कि धीमा प्रकाश ही पकड़ में नहीं आता, बहुत तेज प्रकाश भी आंख की पकड़ में नहीं आता। अगर बहुत तेज प्रकाश आपकी आंख पर डाला जाए, आंख तत्काल अंधी हो जाएगी, देख नहीं पाएगी। देखने की एक सीमा है। उसके नीचे भी अंधकार है, उसके ऊपर भी अंधकार है। बस एक छोटी सी सीमा है, जहां हमें प्रकाश दिखाई पड़ता है। लेकिन जिसे हम अंधकार कहते हैं, वह भी प्रकाश की तारतम्यताएं हैं, वे भी डिग्रीज हैं। उनमें जो अंतर है, क्वालिटेटिव नहीं है, क्वांटिटेटिव है। गुण का कोई अंतर नहीं है, सिर्फ परिमाण का अंतर है। गरमी और सर्दी पर कभी ख्याल किया है? हम समझते हैं, दो चीजें हैं। नहीं, दो चीजें नहीं हैं। गरमी-सर्दी से समझना बहुत आसान पड़ेगा। लेकिन हम कहेंगे, दो चीजें नहीं हैं? जब गरमी बरसती है सूरज की तब हम कैसे मान लें कि यह वही है? जब शीतल छाया में बैठते हैं, तो शीतल छाया को हम कैसे सूरज की गरमी मान लें?
नहीं, मैं नहीं कह रहा हूं कि आप एक मान कर शीतल छाया में बैठना छोड़ दें। मैं इतना ही कह रहा हूं कि जिसे आप शीतल छाया कह रहे हैं, वह गरमी की ही कम मात्रा है। और जिसे आप सख्त धूप कह रहे हैं, वह शीतलता की ही कम हो गई मात्रा है।
कभी ऐसा करें कि एक हाथ को स्टोव के पास रख कर गरम कर लें और एक को बर्फ
पर रख कर ठंडा कर लें और फिर दोनों हाथों को एक बाल्टी भरे पानी में डाल दें। तब आप बड़ी मुश्किल में पड़ जाएंगे कि बाल्टी का पानी गरम है या ठंडा! एक हाथ कहेगा, ठंडा है। एक हाथ कहेगा, गरम है।
अब एक ही बाल्टी का पानी दोनों नहीं हो सकता। और आपके दोनों हाथों में
से दो खबरें आ रही हैं! जो हाथ ठंडा है उसे पानी गरम मालूम होगा, जो हाथ गरम है उसे पानी ठंडा मालूम होगा। ठंडक और गरमी रिलेटिव हैं, सापेक्ष हैं। योग का दूसरा सूत्र हैः जीवन और मृत्यु, अस्तित्व-अनस्तित्व, अंधकार-प्रकाश, बचपन-बुढ़ापा, सुख-दुख, सर्दी-गरमी, सब रिलेटिविटीज हैं, सब सापेक्षताएं हैं। ये सब एक ही चीज के नाम हैं। बुराई-भलाई... ।
यहां जरा कठिनाई हो सकती है। क्योंकि ठंडक और गरमी को मान लेना बहुत आसान है, एक सी होंगी, कुछ हर्ज भी नहीं होता। लेकिन राम और रावण, तो जरा अड़चन हो सकती है। मन कहेगा, ऐसा कैसा हो सकता है? लेकिन राम और रावण भी तारतम्यताएं हैं, वे भी दो विरोधी चीजें नहीं हैं, एक ही चीज का कम-ज्यादा होना है। राम में रावण जरा कम है, रावण में राम जरा कम है, बस इतना ही। इसलिए जो रावण को प्रेम करे, उसमें उसे राम दिखाई पड़ सकता है। और जो राम की दुश्मनी करे, उनमें भी रावण दिखाई पड़ सकता है। वे तारतम्यताएं हैं। तो जिसे हम प्रेम करते हैं उसमें राम दिखाई पड़ने लगता है, जिसे हम नहीं प्रेम

करते उसमें रावण दिखाई पड़ने लगता है। राम में भी बुरा देखने वाले लोग मिल जाएंगे, रावण में भी भला देखने वालों की कोई कमी नहीं है। तारतम्यताएं हैं। आपके हाथ पर निर्भर करेगा। राम और रावण को अगर एक ही बाल्टी में रखा जा सके तो आसानी हो। लेकिन रखना मुश्किल है। अच्छाई और बुराई भी योग की दृष्टि में एक ही चीज के भेद हैं।
इसका यह मतलब नहीं कि आप बुरे हो जाएं। इसका यह मतलब नहीं है कि आप अच्छाई छोड़ दें। योग का कुल कहना इतना है कि अगर अच्छाई को जोर से पकड़ा, तो ध्यान रखना, दूसरे पहलू पर बुराई भी पकड़ में आ जाएगी। अच्छा आदमी बुरा होने से नहीं बच सकता। और बुरा आदमी अच्छे होने से नहीं बच सकता।
इसलिए अच्छे से अच्छे आदमी को अगर थोड़ा उधेड़ कर देखेंगे तो बुरा आदमी भीतर बैठा मिल जाएगा। और बुरे से बुरे आदमी को जरा तलाश करेंगे तो अच्छा आदमी भीतर बैठा मिल जाएगा। यह बड़े मजे की बात है कि अगर हम अच्छे आदमियों के सपनों की जांच-पड़ताल करें तो वे बुरे सिद्ध होंगे। सब अच्छे आदमी आमतौर से बुरे सपने देखते हैं। जिसने दिन में चोरी से अपने को बचाया, वह रात में चोरी कर लेता है। कंपनसेशन करना पड़ता है न! वह जो दूसरा हिस्सा है वह कहां जाएगा? जिसने दिन में उपवास किया, वह रात राजमहल में निमंत्रित हो जाता है, भोजन कर लेता है। जो दिन भर सदाचारी था, रात में वासना के स्वप्न उसे घेर लेते हैं।
इसलिए अगर भले आदमी को शराब पिला दें, तब आपको पता चलेगा कि भीतर कौन बैठा है! शराब किसी को बुरा नहीं बना सकती है। शराब में वैसा कोई गुण नहीं है बुरा बनाने का। शराब में सिर्फ एक गुण है कि वह जो दूसरा पहलू है उसे उघाड़ देती है। इसलिए अक्सर शराब पीने वाले लोग शराब पीने के बाद अच्छे मालूम पड़ेंगे।
मैंने सुना है एक आदमी के बाबत कि एक दिन वह सांझ अपने घर लौटा। उसकी पत्नी बहुत हैरान हुई। उसकी पत्नी ने कहा कि मालूम होता है तुम आज शराब पीकर आ गए हो!
उस आदमी ने कहा कि कैसी बातें कर रही हो! मैंने शराब बिल्कुल नहीं पी है।
उसकी पत्नी ने कहा कि तुम्हारा व्यवहार बता रहा है कि तुम पीकर आ गए हो।
उस आदमी ने कहा, हे परमात्मा, कैसी अजीब दुनिया है!
वह रोज शराब पीकर आता था, आज पीकर नहीं आया है। लेकिन शराब पीकर आता था, उसके भीतर का अच्छा आदमी प्रकट होता रहा। आमतौर से जिन्हें हम बुरे आदमी कहते हैं, उनके भीतर अच्छे आदमी छिपे रहते हैं। और जिनको हम अच्छे आदमी कहते हैं, उनके भीतर बुरे आदमी छिपे रहते हैं। हालांकि जब अच्छे आदमी के भीतर का बुरा आदमी काम करता है बुरा, तो भी अच्छे का बहाना लेकर करता है। अगर अच्छा बाप अपने बेटे की गर्दन दबाता है, तो सीधी नहीं दबा देता; सिद्धांत, नीति, शिष्टाचार, अनुशासन, इन सबका बहाना लेकर दबाता है। अगर अच्छा शिक्षक दंड देता है, तो जिसको दंड देता है उसी के हित में देता है। अच्छा आदमी अगर बुरा भी करता है, तो अच्छी खूंटी पर ही टांगता है बुराई को। और बुरा आदमी अगर अच्छे काम भी करता है, तो स्वभावतः उसके पास बुराई की खूंटी ही होती है, वह उसी पर टांगता है। लेकिन जो भी एक पहलू को पकड़ेगा, उसके भीतर दूसरा पहलू सदा मौजूद रहेगा।
योग कहता हैः दोनों को समझ लो और पकड़ो मत।
इसलिए जब पहली बार योग की खबर पश्चिम में पहुंची तो वहां के विचारक बहुत हैरान हुए। क्योंकि उन विचारकों ने कहा, इस योग में नीति की, मॉरेलिटी की तो कोई जगह ही नहीं है! ये सारे योग में कुछ नैतिकता का स्थान नहीं मालूम पड़ता! जिन लोगों ने पश्चिम में पहली बार योग की खबरें सुनीं, उन्होंने कहा कि इसमें कहीं भी नहीं लिखा हुआ है--जैसा कि टेन कमांडमेंट्स हैं ईसाइयों के--यह मत करो, यह मत करो, यह मत करो! यह बुरा है, यह बुरा है, यह बुरा है! डोंट्स की कोई बात ही नहीं है इसमें। यह कैसा योग!
लेकिन विज्ञान कभी भी पक्ष की बात नहीं करता। विज्ञान तो निष्पक्ष दोनों बातों को खोल कर रख देता है। योग कहता हैः यह बुराई है, यह अच्छाई

है। और दोनों एक ही सिक्के के पहलू हैं। अगर तुम एक को भी पकड़ोगे तो दूसरा तुम्हारे भीतर छिपा हुआ मौजूद रहेगा। तुम दोनों को समझ लो और पकड़ो मत।
इसलिए योग अच्छे और बुरे का ट्रांसेनडेंस है। दोनों के पार हो जाना है।
योग सुख और दुख का अतिक्रमण है।
योग जन्म और मृत्यु का अतिक्रमण है।
योग अस्तित्व-अनस्तित्व का अतिक्रमण है, दोनों के पार है, बियांड है।
यह दूसरा सूत्र ठीक से समझ लें तो आगे बहुत सी बातें समझनी आसान हो जाएंगी। प्रत्येक चीज का दूसरा पहलू सदा मौजूद है। इसलिए जब भी आप एक चीज पकड़ते हों, ध्यान में ले लेना, उससे उलटा भी आपने पकड़ लिया है।
जब आपने किसी को प्रेम से कहा है कि अब मैं तुमसे मिल गया, अब मैं कभी बिछुड़ना न चाहूंगा, तब आप ठीक से समझ लेना कि आपके मिलन में विरह मौजूद है, वह घटित होकर रहेगा। असल में, मिलते वक्त भी प्रेमी यही कहता है कि मुझे बहुत डर लग रहा है कि कहीं हम बिछुड़ न जाएं! वह दूसरा पहलू उसको भी पता चल रहा है। नहीं तो मिलते क्षण में विरह की क्या बात है? जब मिले हैं तो मिले हैं। लेकिन मिलते क्षण में विरह पीछे छाया की तरह खड़ा है।
जब किसी को मित्र बनाएं, तब समझ लेना कि एक आदमी और पोटेंशियल एनिमी,
एक आदमी और शत्रु पैदा कर लिया। यह तो पक्का है कि बिना मित्र बनाए शत्रु नहीं बनाया जा सकता। सीधा शत्रु बनाने का अब तक कोई उपाय नहीं खोजा गया। शत्रु को भी मित्र होने की प्रक्रिया से गुजरना पड़ता है। अगर शत्रु भी बनना हो तो मित्र होने के रास्ते से ही जाना पड़ता है। तो जब मित्र बनाएं, तब योग कहता है, जानना कि शत्रु छाया की तरह पीछे खड़ा है।
जीवन के प्रत्येक भाग में विपरीत को सदा स्मरण रखना, तो क्लिंगिंग, पकड़ छूट जाएगी। तब सुख आपके द्वार पर दस्तक देगा, तो आप उसके पीछे झांक कर देख लेंगे कि दुख को जरूर साथ लाया होगा। लाता ही है। वह उसकी छाया है। वह उसके बिना कभी आता नहीं। और जब दुख आए... तो योग में प्रविष्ट व्यक्ति के लिए, सुख आता है तो आ जाने देता है, बहुत स्वागत नहीं करता, क्योंकि वह जानता है कि पीछे तुम किसको लिए हो; और जब दुख आता है, तब उसे भी स्वागत से बिठा देता है, क्योंकि वह जानता है कि तुम किसे पीछे लिए हो। सुख और दुख में वह सम हो जाता है। सम का सिर्फ एक ही आधार है कि प्रत्येक चीज अपने विरोधी से अनिवार्य रूप से जुड़ी है। विरोध के बिना अस्तित्व नहीं है। जिसे हमने प्रेम किया है, उससे हमने घृणा के बीज बो दिए। जिससे हम मिले हैं, उससे हमने विरह का मार्ग तय किया। जिसे हमने अपना बनाया, उसे हमने पराया बनाने के सूत्र सिखा दिए। जो यशस्वी हुआ, उसने अपने अपमान के लिए बीज बोए। जो जीता, उसने हार को निमंत्रण दिया।
लाओत्से ने एक दिन अपने मित्रों को कहा था कि मुझे जिंदगी में कोई हरा नहीं सका। स्वभावतः उसके मित्र चुप हो गए। उन्होंने पूछा, हमें भी बताओ वह राज, वह सीक्रेट कि तुम्हें कोई हरा क्यों नहीं सका? हम भी किसी से हारना नहीं चाहते हैं। तब लाओत्से खिलखिला कर हंसने लगा और उसने कहा, गलत लोगों को मैं सूत्र न बताऊंगा। उन्होंने कहा, कैसे गलत लोग? हमें जरूर बताओ वह मार्ग जिससे हम भी न हार सकें। लाओत्से ने कहा, तुम तो हारोगे ही, क्योंकि जो हारना नहीं चाहता, उसने हार को निमंत्रण दे दिया। हमारा सूत्र यही है कि हमें कोई कभी हरा न सका, क्योंकि हमने कभी जीतना ही न चाहा। क्योंकि जो जीतना चाहेगा वह हारेगा।
लाओत्से एक जंगल से गुजरता था अपने शिष्यों को लेकर। सारा जंगल कट रहा है। हजारों कारीगर वृक्षों को काटते हैं। सिर्फ एक वृक्ष है जो कि खड़ा है, उसे कोई छूता भी नहीं। लाओत्से ने कहा कि जाओ, इस वृक्ष से पूछो कि इसके बेचने का राज क्या है? क्या इसे योग के सूत्र पता चल गए? क्या यह ताओ को जान गया? जब सारा जंगल कटता है, तो यह वृक्ष क्यों नहीं कटता?
लाओत्से ने कहा था तो उसके शिष्य गए। मुश्किल में तो पड़े कि वृक्ष से क्या पूछेंगे? वृक्ष के चारों तरफ घूमे, लेकिन वृक्ष से क्या पूछें? बात सच थी, एक पत्ता भी किसी ने नहीं तोड़ा था, एक शाखा भी नहीं कटी थी। एक हजार बैलगाड़ियां ठहर सकें, इतने दूर तक उसकी शाखाओं का फैलाव था, बड़ी घनी छाया थी! फिर उन्होंने सोचा कि चल कर हम इन कारीगरों से ही पूछ लें जो पड़ोसी

वृक्षों को काट रहे हैं। उन कारीगरों से उन्होंने पूछा कि इस वृक्ष के बचने का राज क्या है? इसे क्यों नहीं काटा?
उन कारीगरों ने कहा कि यह वृक्ष बहुत अजीब है। इसकी लकड़ियां इतनी इरछी- तिरछी हैं कि वे फर्नीचर के काम में न आ सकेंगी।
तो उन्होंने कहा, काट कर कम से कम ईंधन तो बना सकते हो!
उन्होंने कहा, यह वृक्ष बड़ा अजीब है, इससे इतना धुआं फिंकता है कि इसका कोई ईंधन नहीं बना सकता। उन्होंने कहा, यह वृक्ष बिल्कुल बेकार है। इसको काटना बेकार मेहनत खराब करनी है।
उन्होंने लौट कर लाओत्से से कहा कि राज यह है कि यह वृक्ष बिल्कुल बेकार है। लकड़ियां सीधी नहीं, धुआं छोड़ती हैं। पत्ते किसी दवा के काम नहीं आते। कोई जानवर पत्ते खाने को राजी नहीं है। यह वृक्ष बड़ा बेकार है। लाओत्से ने कहा कि धन्य है यह वृक्ष! इसकी शाखाओं ने सीधे होने की कोशिश नहीं की, इसलिए वे कटने से बच गईं। जो वृक्ष सीधे होने की कोशिश में हैं, देखते हो, कटे जा रहे हैं। इस वृक्ष के पत्तों ने कुछ होने की कोशिश नहीं की, स्वादिष्ट होने की कोशिश नहीं की, इसलिए कोई तोड़ने नहीं आया। यह वृक्ष कुछ होने की कोशिश नहीं किया, इसलिए है--और अपने पूरे आनंद में मग्न है।
लाओत्से ने कहा, यही तरकीब मेरी है। मुझे कभी कोई हरा नहीं सका, क्योंकि हम जीतने ही नहीं गए। मैं सदा से हारा ही हुआ हूं, इसलिए मुझे हराना मुश्किल है।
एक बार, लाओत्से ने कहा, एक आदमी ने सुन कर यह कि लाओत्से को कोई हरा नहीं सका, एक गांव में मुझे चुनौती कर दी थी। गांव में लाओत्से रुका था। किसी से कहा होगा कि मुझे कभी कोई हरा नहीं सका। गांव में खबर पहुंच गई। किसी पहलवान ने समझा कि यह चुनौती है! उस पहलवान ने आकर लाओत्से के दरवाजे पर झंडा गाड़ दिया और कहा कि मैं तुम्हें हराऊंगा! लाओत्से ने कहा, नहीं हरा सकोगे। उसने कहा कि मैं अभी हरा कर दिखाऊंगा।
वहां भीड़ इकट्ठी हो गई। वह पहलवान अपनी लंगोटी बांध कर कूद पड़ा ताकत लगा कर, भगवान का नाम लेकर। लेकिन लाओत्से उसके सामने चित्त लेट गया और उससे कहा कि आ, मेरे ऊपर बैठ!
पहलवान ने कहा कि तुम आदमी कैसे हो? तुम्हें तो हराने का मजा ही चला गया।
लाओत्से ने कहा, मैंने पहले ही कहा कि मुझे अब तक कोई हरा नहीं सका, क्योंकि हम पहले से ही हारे हुए हैं। हम जीतना नहीं चाहते। आओ, हमारी छाती पर बैठ जाओ और गांव में डुंडी पीट कर कह दो कि हरा आए, चित्त कर दिया।
उस पहलवान ने कहा कि ऐसे आदमी के ऊपर बैठना बेकार है। वह पहलवान उसके पैर छूकर अपने घर चला गया। उसने कहा कि झगड़ा व्यर्थ है।
योग कहता है, द्वंद्व में चुनाव व्यर्थ है। योग कहता है, वे जो दो दिखाई पड़ते हैं जीवन में सदा, उनमें चुनना ही मत। वे दोनों एक ही दूसरे के रूप हैं। सिर्फ धोखा है। चेहरा और है, पीछे कुछ और है। अस्तित्व-अनस्तित्व, जीवन-मृत्यु, सुख-दुख, अच्छा-बुरा, नीति-अनीति, धर्म-अधर्म, सब एक ही चीज के विस्तार हैं। साधु-चोर, सब एक ही चीज के विस्तार हैं। इनको चुनना ही मत, इनको समझ लेना। इनको समझ लेने से अतिक्रमण, ट्रांसेनडेंस उपलब्ध हो जाता है।
योग का दूसरा सूत्रः शक्ति, ऊर्जा, अस्तित्व और अनस्तित्व में डोलती रहती है। और जहां पहाड़ उठते हैं शक्ति के, वहां शक्ति की खाइयां भी बन जाती हैं। और जहां अस्तित्व निर्मित होता है, वहां अनस्तित्व भी मौजूद होता है। जहां सृष्टि होती है, वहां प्रलय भी होती है।

इसलिए इस देश ने सृजन को अकेला नहीं, साथ में प्रलय को भी एक साथ सोचा है। सृष्टि के साथ प्रलय, होने के साथ न होना। सब चीजें जो होती हैं, न होने की यात्रा पर हैं। और जो नहीं हो गई हैं, वे होने की यात्रा पर वापस लौट रही हैं।
सागर में आपने लहर देखी है? जो लहर ऊपर उठी है, वह गिरने की यात्रा पर है। और जो खाई उसके नीचे बन गई है, वह उठने की यात्रा पर है। सब चीजें

प्रतिपल अपने से विपरीत में प्रवेश कर रही हैं। सब चीजें अपने से विपरीत में प्रवेश कर रही हैं। जिसे यह दिखाई पड़ जाता है, उसकी आकांक्षा, उसकी कामना, उसकी वासना तिरोहित हो जाती है। छोड़ता नहीं है वह वासना, वासना तिरोहित हो जाती है। क्योंकि वासना चुनाव, च्वाइस का नाम है।
योग का तीसरा सूत्रः अस्तित्व के दो रूप हैं।
मैंने कहाः ऊर्जा--एक सूत्र।
दूसराः ऊर्जा के दो रूप--अनस्तित्व, अस्तित्व।
फिर तीसरा सूत्रः अस्तित्व के दो रूप हैं--एक जिसे हम चेतन कहें और एक जिसे हम अचेतन कहें। लेकिन दो रूप ही हैं, दो चीजें नहीं हैं। जिन्हें हम धार्मिक लोग कहते हैं, वे भी दो चीजें सोच लेते हैं। वे भी समझ लेते हैं कि चेतना अलग, अचेतना अलग; शरीर अलग, आत्मा अलग! ऐसी अलगता नहीं है। ठीक से समझें, तो आत्मा का जो हिस्सा इंद्रियों की पकड़ में आ जाता है उसका नाम शरीर है और शरीर का जो हिस्सा इंद्रियों की पकड़ में नहीं आता उसका नाम आत्मा है।
चेतन और अचेतन, अस्तित्व के दो रूप हैं। एक पत्थर पड़ा है। वह है, लेकिन अचेतन है। आप उसके पड़ोस में खड़े हैं। आप भी हैं। होने में कोई फर्क नहीं है, दोनों एक्झिस्टेंट हैं, दोनों का अस्तित्व है, लेकिन एक चेतन है और एक अचेतन है।
लेकिन पत्थर चेतन बन सकता है और आप पत्थर बन सकते हैं। कनवर्टिबल हैं। इसलिए तो आप गेहूं खा लेते हैं और खून बन जाता है। इसलिए तो आपके शरीर में लोहा जाता है और जीवंत हो जाता है। अगर हम आदमी के शरीर का सब सामान निकाल कर बाहर टेबल पर रखें, तो कोई पांच रुपये से ज्यादा का सामान नहीं निकल सकता। थोड़ा सा लोहा है, अल्युमिनियम है, फास्फोरस है, तांबा है, ये सब चीजें निकलेंगी। और बड़ा हिस्सा तो पानी का है। कोई पांच रुपये का सामान है आदमी के भीतर। लेकिन आदमी के भीतर होकर वे चेतन और जीवित हैं। हाथ को चोट लगती है तो पीड़ा उठती है। और यही हाथ का हिस्सा कल बाहर था और पीड़ा नहीं उठती थी। कल फिर बाहर हो जाएगा।
जिस जगह आप बैठे हैं, उस जगह कम से कम दस आदमियों की कब्र बन चुकी है, एक-एक आदमी की जगह। पूरी पृथ्वी पर जितने लोग अब तक हुए हैं, उन सबका अनुपात इतना है कि जहां भी हम खड़े हैं, उस जमीन की मिट्टी में, उस छोटे से एक वर्गफीट के हिस्से में कम से कम दस आदमियों का शरीर मिट्टी हो चुका है। वे दसों आदमी कभी जीवित थे, आज आपके पैर में धूल की तरह पड़े हैं। आज आप जीवित हैं, कितनी देर तक? कल आप धूल की तरह पड़े होंगे।
चेतन और अचेतन, अस्तित्व के दो रूप हैं। दो अस्तित्व नहीं हैं, अस्तित्व के ही दो रूप हैं। इसलिए कनवर्टिबल हैं, रूपांतरित हो सकते हैं। इसलिए चेतन से अचेतन आ सकता है, अचेतन चेतन में जा सकता है। रोज हो रहा है। रोज हम यही कर रहे हैं। रोज हम जड़ अचेतन को भोजन बना रहे हैं और हमारे भीतर वह चेतन बनता जाता है। और रोज हमारे भीतर से मल निष्कासित हो रहा है बहुत रूपों में और जड़ होता जा रहा है। आदमी इधर से चेतन होता है, उधर से अचेतन होता है। इधर से अचेतन को लेता है, और भीतर चेतन होता जाता है। चेतन और अचेतन भी दो चीजें नहीं हैं।
इसमें भी बड़ी भूल होती रही है। नास्तिक कहते हैं, सिर्फ अचेतन ही है। लेकिन उनको बड़ी मुश्किल पड़ती है समझाने में। उनको मुश्किल पड़ती है कि अगर सिर्फ अचेतन ही है तो फिर चेतन कहां से आता है?
तो फिर मार्क्स जैसे नास्तिकों को कहना पड़ता है कि एपि-फिनामिनन है,
यह बाइ-प्रोडक्ट है। चेतना कोई असली चीज नहीं है। यह तो पदार्थ के मिलने- जुलने से पैदा हो गई घटना है। यह कोई वस्तु नहीं है, ईवेंट है।
चार्वाक को कहना पड़ता है कि यह आदमी की चेतना वैसे ही है, जैसे पानवाला पान बनाता है, कत्था और चूना को लगाता है, और फिर जब आप पान खाते हैं तो लाल रंग पैदा हो जाता है। वह लाल रंग न तो अकेले चूने में है, न अकेले कत्थे में है, न अकेले पान में है। उन सबके मिलने से पैदा हो जाता है। वह संघट परिणाम है, वह बाइ-प्रोडक्ट है, वह एपि-फिनामिनन है। जैसे कि शराब बनती है, जिन-जिन चीजों से बनती है उनको अलग-अलग ले लें तो नशा नहीं आता, इकट्ठा करके ले लें तो नशा आ जाता है।

तो नास्तिक को, चाहे चार्वाक हो या चाहे मार्क्स हो, उनकी भाषा में थोड़ा फर्क पड़ता है, बाकी उनकी कठिनाई यही है कि चेतना दिखाई तो पड़ती है, इसे समझाएं कैसे? तो एक ही रास्ता है उनके पास कि वे यह कहें कि अचेतन चीजों से मिल कर चेतना पैदा हो जाती है। लेकिन यह बड़ी अवैज्ञानिक बात है। और मार्क्स जैसे वैज्ञानिक होने का दावा करने वाले आदमी के मुंह में बिल्कुल शोभा नहीं देती। क्योंकि जिससे जो चीज पैदा होती है, वह उसमें कहीं न कहीं छिपी होनी चाहिए, अन्यथा पैदा नहीं हो सकती।
अगर पान में लाल रंग आ जाता है, तो माना कि एक-एक चीज में अलग वह नहीं था, लेकिन वह लाल रंग इन सबमें छिपा था, जुड़ कर प्रकट हुआ, अलग-अलग में दिखाई नहीं पड़ता था। आक्सीजन और हाइड्रोजन को अलग-अलग अगर हम पी लें तो प्यास नहीं बुझेगी। न हाइड्रोजन में पानी है और न आक्सीजन में पानी है। लेकिन दोनों को मिला कर पानी बन जाएगा और फिर प्यास बुझ जाएगी। यह पानी कहां से आया? यह पानी आक्सीजन और हाइड्रोजन में था, लेकिन दोनों मिलें तो ही प्रकट हो सकता था।
आप अकेले कमरे में बैठे हुए थे। मैं आपके कमरे में आ गया। और हम दोनों
ने बातचीत शुरू कर दी। यह बातचीत आसमान से नहीं आ गई, मेरे भीतर भी थी, आपके भीतर भी थी। लेकिन अगर आप अकेले कमरे में बोलते तो पागल समझे जाते, मैं आ गया तो अब आप पागल नहीं समझे जाते, अब प्रकट होने की सुविधा हो गई।
जो भी चीज प्रकट होती है, वह जिनसे प्रकट होती है, उनमें गुप्त होती है, छिपी होती है। इसलिए नास्तिकों के ये दावे--कि चेतना पदार्थ से ऐसे ही प्रकट हो गई, है नहीं, थी नहीं--अत्यंत अवैज्ञानिक हैं। योग मानने को तैयार नहीं है।
आस्तिक भी इससे उलटी बातें करते हैं। उनकी भी तकलीफ यही है--उलटे हिस्से से। वे कहते हैं, पदार्थ है ही नहीं, जड़ कुछ है ही नहीं, सब परमात्मा ही परमात्मा है। तो फिर सवाल उठता है कि यह सब जो चारों तरफ दिखाई पड़ रहा है, कहां से पैदा होता है? तो शंकर कहते हैं, माया है, इल्यूजन है; है नहीं। वे कहते हैं, यह भी एपि-फिनामिनन है। यह भी शैडो एक्झिस्टेंस है। यह है नहीं।
वही तकलीफ जो नास्तिक की है, वही तकलीफ आस्तिक की है। तकलीफ यह है कि दूसरे को कैसे समझाओगे? वह भी है! तो उसके लिए फिर चक्करदार तर्क खोजने पड़ते हैं। और वे तर्क कभी भी कुछ सिद्ध नहीं कर पाते।
योग कहता है, दोनों हैं। इसलिए योग किसी चक्करदार तर्क में नहीं पड़ता। वह कहता है, दोनों हैं। और वह यह भी कहता है, दोनों दो नहीं हैं। अन्यथा फिर दोनों को जोड़ने का उपद्रव होगा कि दोनों को जोड़ें कैसे? दोनों एक ही के दो रूप हैं। जैसे मेरे दोनों हाथ हैं--बाएं और दाएं। ये दो दिखाई पड़ते हैं, ये मेरे लिए दो नहीं हैं। ये आपको दिखाई पड़ते दो मालूम होंगे। मेरे लिए एक ही शक्ति दोनों पर फैली है। हालांकि मजे की बात है, मैं चाहूं तो दोनों हाथों को लड़ा सकता हूं! और दोनों एक ही ऊर्जा हैं।
चेतन और अचेतन, अस्तित्व के--एक ही अस्तित्व के--दो छोर हैं। चेतन अचेतन हो सकता है, अचेतन चेतन होता रहता है। यह तीसरा सूत्र है योग का।
ये सूत्र समझ लेने जरूरी हैं, क्योंकि फिर इन्हीं सूत्रों के ऊपर योग
की सारी साधना का भवन खड़ा होता है।
चेतन-अचेतन, अब विज्ञान को राजी हो गई है यह बात भी। अब विज्ञान एक नये शब्द का प्रयोग करता है, वह मैं आपसे कहूं।
नई मेडिसिन, अब किसी बीमारी को... पहले बीमारियां दो तरह की समझी जाती थीं--फिजिकल और मेंटल--कि एक मानसिक बीमारी है और एक शारीरिक बीमारी है, क्योंकि मन अलग है और शरीर अलग है। अब चिकित्साशास्त्र एक नये शब्द का प्रयोग करता है--साइकोसोमेटिक या सोमेटोसाइकिक। अब चिकित्साशास्त्र कहता है, कोई बीमारी न तो अकेली मानसिक है और न अकेली शारीरिक है। बीमारी मनोशारीरिक, साइकोसोमेटिक है। दोनों ही छोर उसके हैं।
अगर आपका मन बीमार हो जाए तो आपका शरीर भी बीमार हो जाता है। और अगर आपका शरीर बीमार हो जाए तो आपका मन भी बीमार हो जाता है। जब हम आपको शराब पिलाते हैं, तो आपके मन को नहीं पिलाते। शराब तो आपके पेट में जाती है। आपके लीवर में जाती है, आपके पाचन यंत्र में जाती है। आपके मन में नहीं

जाती शराब। लेकिन जैसे ही शराब शरीर में जाती है कि मन अनर्गल बातें बकने लगता है। नहीं बोलना चाहिए, वह बकने लगता है। तो शराब तो शरीर में गई, लेकिन मन तक प्रभाव पहुंच गया। और जब मन रुग्ण होता है, चिंतित होता है, दुखी होता है, तो शरीर तत्काल उदास, बीमार और रुग्ण हो जाता है। अगर मन में बीमारी डाल दी जाए तो शरीर बीमार हो जाता है।
दस या बारह वर्ष पहले अमेरिका को एक कानून बनाना पड़ा, एंटी-हिप्नोटिक एक्ट बनाना पड़ा। एक कानून बनाना पड़ा सम्मोहन के विरोध में। क्योंकि एक छोटे से कालेज के हॉस्टल में एक अनूठी घटना घट गई, दुर्घटना घट गई। चार लड़के हिप्नोटिज्म की एक किताब पढ़ रहे थे। और उसमें लिखा था कि मन जो भी मानने को राजी हो जाए, वह हो जाता है। तो उन चारों ने कहा कि हम प्रयोग करके देखें। और अपने पांचवें साथी को उन्होंने लिटाया और जो उस किताब में लिखा था उस भांति बेहोशी के सुझाव दिए। दस मिनट तक वे चारों लड़के कमरे में अंधेरा करके जोर-जोर से उस लड़के से कहते रहे कि तुम बेहोश हो रहे हो, तुम बेहोश हो रहे हो, तुम बेहोश हो रहे हो... ।
वह लड़का दस मिनट में गहरी नींद में सो गया और बेहोश हो गया। जब उन्होंने उसके हाथ पर आलपिन चुभाई और उसे पता न चला, और जब उन्होंने उसके मुंह में मिट्टी रख दी और कहा कि यह तुम मिठाई खा रहे हो और उसने मिठाई की तरह स्वाद से उस मिट्टी को खाया, तब तो उनकी गति बढ़ती चली गई। उन्होंने उस लड़के को उठाया, नाचने के लिए कहा कि तुम नृत्यकार हो, तो वह नाचने लगा। और उसको उन्होंने कहा कि तुम पागल हो गए हो, तो वह पागल हो गया। फिर उन्हें आखिरी बात सूझी, उन्होंने उस लड़के से कहा कि अब तुम मर गए, और वह लड़का मर गया।
इससे एक कानून बनाना पड़ा कि अब कोई व्यक्ति किसी को उसकी आज्ञा से या सरकारी आज्ञा से या किसी यूनिवर्सिटी में रिसर्च करते समय या किसी हॉस्पिटल में डाक्टर के निरीक्षण में प्रयोग करते समय ही सम्मोहित कर सकता है। हर कोई हर किसी को सम्मोहित नहीं कर सकता।
वह लड़का मर ही गया। फिर उन्होंने बहुत कहा कि अब तुम जिंदा हो जाओ! लेकिन अब वहां सुनने वाला कोई नहीं था, नहीं तो वह जिंदा हो जाता। वह मर ही चुका था। उन्नीस सौ बावन में घटी इस घटना ने सारी दुनिया को चकित कर दिया। जब आपको कोई ज्योतिषी बता देता है कि आप फलां दिन मर जाएंगे, तो मर सकते हैं। इसलिए नहीं कि ज्योतिषी सही कहता है, बल्कि इसलिए कि अगर यह ख्याल आपके मन में बैठ जाए कि फलां दिन मर सकते हैं तो जरूर मर जाएंगे। ज्योतिषी सही कहता है, ऐसा नहीं है। लेकिन यह विचार अगर मन में गहरे बैठ जाए तो मृत्यु घटित हो सकती है। सब तरह की बीमारियां पैदा की जा सकती हैं मन में विचार डाल कर। और सब तरह की बीमारियों को प्रभावित किया जा सकता है ठीक होने की दिशा में, मन में विचार डाल कर।
एक आदमी के घर में आग लग गई थी। वह दो साल से लकवे से बीमार पड़ा था। उठ नहीं सकता था। सब इलाज हो गए थे। घर में आधी रात आग लगी तो सारे घर के लोग बाहर निकल गए। जब बाहर निकले तब उन्हें ख्याल आया कि घर के बूढ़े का क्या हुआ? उनको तो लकवा है, वे तो आ नहीं सकते। लेकिन तभी उन्होंने देखा कि बूढ़ा अकेला नहीं आ रहा, अपनी पैसों की पेटी लिए बाहर चला आ रहा है! तब तो वे बड़े चकित हुए, क्योंकि वह आदमी तो उठ भी नहीं सकता था। जब वह बीच में आकर खड़ा हो गया तब उन सबने कहा कि आप और चले! उस आदमी ने कहा, मैं और कैसे चल सकता हूं! वह वापस वहीं गिर पड़ा। लकवा वापस लौट आया।
यह क्या हुआ? इस आदमी को लकवा नहीं है, इस आदमी को मानसिक लकवा है। इसके मन के छोर पर लकवा पकड़ गया है, शरीर उसका अनुगमन कर रहा है।
इससे उलटा भी हो सकता है कि किसी आदमी के शरीर को लकवा पकड़ा हो और उसका
मन अगर इनकार कर दे तो शरीर को लकवा चलाना मुश्किल हो जाए। इसलिए जो लोग संकल्पवान हैं, वे कैसी भी बीमारी से जूझ सकते हैं। और जो लोग संकल्पहीन हैं, वे कैसी भी झूठी बीमारी से परेशान हो सकते हैं।
योग का कहना है कि हमारे भीतर शरीर और मन, ऐसी दो चीजें नहीं हैं। हमारे भीतर चेतन और अचेतन, ऐसी दो चीजें नहीं हैं। हमारे भीतर एक ही अस्तित्व है, जिसके ये दो छोर हैं। और इसलिए किसी भी छोर से प्रभावित किया जा सकता है।

तिब्बत में एक प्रयोग है, जिसका नाम हीट-योग है, उष्णता का योग। वह तिब्बत में सैकड़ों फकीर हैं ऐसे जो नंगे बर्फ पर बैठे रह सकते हैं और उनके शरीर से पसीना चूता रहता है। इस सबकी वैज्ञानिक जांच-परख हो चुकी है। इस सबकी डाक्टरी जांच-परख हो चुकी है। और चिकित्सक बड़ी मुश्किल में पड़ गए हैं कि यह क्या हो रहा है? एक आदमी बर्फ पर बैठा है नंगा, चारों तरफ बर्फ पड़ रही है, बर्फीली हवाएं बह रही हैं, और उसके शरीर पर पसीना बह रहा है! क्या हुआ है इसको?
यह आदमी योग के सूत्र का प्रयोग कर रहा है। इसने मन से मानने से इनकार
कर दिया कि बर्फ पड़ रही है। यह आंख बंद करके यह कह रहा है, बर्फ नहीं पड़ रही है। यह आंख बंद करके कह रहा है कि सूरज तपा है और धूप बरस रही है। और यह आदमी आंख बंद करके कह रहा है कि मैं गरमी से तड़पा जा रहा हूं। शरीर उसका अनुसरण कर रहा है, वह पसीना छोड़ रहा है।
दक्षिण में एक योगी थे--ब्रह्मयोगी। उन्होंने कलकत्ता यूनिवर्सिटी, रंगून यूनिवर्सिटी और आक्सफोर्ड, तीनों जगह कुछ प्रयोग करके दिखाया। वे किसी भी तरह का जहर पी लेते थे और आधा घंटे के भीतर उस जहर को शरीर के बाहर पेशाब से निकाल देते थे। किसी भी तरह का जहर उनके खून में कभी मिश्रित नहीं होता था। सब तरह के एक्सरे परीक्षण हुए। और मुश्किल में पड़ गई बात कि क्या मामला है? और वह आदमी इतना ही कहता था कि मैं सिर्फ इतना जानता हूं कि मैं मन को कहता हूं कि मैं स्वीकार नहीं करूंगा जहर। बस इतना मेरा अभ्यास है।
लेकिन रंगून यूनिवर्सिटी में प्रयोग करने के बाद वे मर गए, जहर खून में पहुंच गया। आधा घंटे तक ही उनका संकल्प काम कर पाता था। इसलिए आधा घंटे के पहले जहर को शरीर के बाहर कर देना जरूरी था। आधा घंटे के बाद उनको भी शक होने लगता था कि कहीं जहर मिल ही न जाए। आधा घंटे तक वे अपने संकल्प को मजबूत रख पाते थे। आधा घंटे के बाद शक उनको भी पकड़ने लगता था कि कहीं जहर मिल न जाए। शक बड़ी अजीब चीज है। जो आदमी आधा घंटे तक जहर को अपने खून से दूर रखे, उसको भी पकड़ जाता है कि कहीं पकड़ न जाए जहर।
वे रंगून यूनिवर्सिटी से, जहां ठहरे थे वहां के लिए कार से निकले, और कार बीच में खराब हो गई और वे अपने स्थान पर तीस मिनट की बजाय पैंतालीस मिनट में पहुंच पाए, लेकिन बेहोश पहुंचे। वे पंद्रह मिनट उनकी मृत्यु का कारण बने।
सैकड़ों योगियों ने खून की गति पर नियंत्रण घोषित किया है। कहीं से भी कोई भी वेन काट दी जाए, खून उनकी आज्ञा से बहेगा या बंद होगा।
यह तो आप भी छोटा-मोटा प्रयोग करें तो बहुत अच्छा होगा। अपनी नाड़ी को गिन लें। और गिनने के बाद पांच मिनट बैठ जाएं और मन में सिर्फ इतना सोचते रहें कि मेरी नाड़ी की रफ्तार तेज हो रही है, तेज हो रही है, तेज हो रही है। और पांच मिनट बाद फिर नाड़ी को गिनें। तो आप पाएंगे, रफ्तार तेज हो गई है। कम भी हो सकती है। लंबा प्रयोग करें तो बंद भी हो सकती है। हृदय की धड़कन भी, अति सूक्ष्मतम हिस्से तक बंद की जा सकेगी, खून की गति भी बंद की जा सकेगी। शरीर और मन, ऐसी दो चीजें नहीं हैं; शरीर और मन एक ही चीज का विस्तार हैं, एक ही चीज के अलग-अलग वेवलेंथ हैं। चेतन और अचेतन एक का ही विस्तार हैं।
योग के सारे के सारे प्रयोग इस सूत्र पर खड़े हैं। इसलिए योग मानता है, कहीं से भी शुरू किया जा सकता है। शरीर से भी शुरू की जा सकती है यात्रा और मन से भी शुरू की जा सकती है। बीमारी भी, स्वास्थ्य भी, सौंदर्य भी, शक्ति भी, उम्र भी--शरीर से भी प्रभावित होती है, मन से भी प्रभावित होती है। बर्नार्ड शा लंदन से कोई बीस मील दूर एक गांव को चुना था अपनी कब्र बनाने के लिए। और मरने के कुछ दिन पहले उस गांव में जाकर रहने लगा। उसके मित्रों ने कहा कि कारण क्या है इस गांव को चुनने का? तो बर्नार्ड शा ने कहा, इस गांव को चुनने का एक बहुत अजीब कारण है। बताऊं तो तुम हंसोगे। लेकिन फिर कोई हर्ज नहीं, तुम हंसना, मैं तुम्हें कारण बताता हूं। ऐसे ही एक दिन इस गांव में घूमने आया था। इस गांव के कब्रिस्तान पर घूमने गया था। वहां एक कब्र पर मैंने एक पत्थर लगा देखा। उसको देख कर मैंने तय किया कि इस गांव में रहना चाहिए। उस पत्थर पर लिखा था--किसी आदमी की मौत का पत्थर था--

लिखा थाः यह आदमी सोलह सौ दस में पैदा हुआ और सत्रह सौ दस में बहुत कम उम्र में मर गया। तो बर्नार्ड शा ने कहा कि जिस गांव के लोग सौ वर्ष को कम उम्र मानते हैं, अगर ज्यादा जीना हो तो उसी गांव में रहना चाहिए।
यह तो उसका मजाक ही था, लेकिन बर्नार्ड शा काफी उम्र तक जीया भी। उस गांव की वजह से जीया, यह तो कहना मुश्किल है। लेकिन उस पत्थर को बर्नार्ड शा ने चुना, यह तो उसके मन का चुनाव है, यह ज्यादा जीने की आकांक्षा का हिस्सा तो है ही। यह हिस्सा उसके ज्यादा जीने में कारण बन सकता है।
जिन मुल्कों में उम्र कम है, उन मुल्कों में सभी लोग कम उम्र की वजह से
मर जाते हैं, ऐसा सोचना जरूरी नहीं है। उन मुल्कों में कम उम्र होने की वजह से हमारी उम्र की अपेक्षाएं भी कम हो जाती हैं। हम जल्दी बूढ़े होने लगते हैं, हम जल्दी मरने का विचार करने लगते हैं, हम जल्दी तय करते हैं कि अब वक्त आ गया। जिन मुल्कों में उम्र की अपेक्षाएं ज्यादा हैं, उनमें जल्दी कोई तय नहीं करता, क्योंकि अभी वक्त आया नहीं। तो मरने का ख्याल अगर जल्दी प्रवेश कर जाए तो जल्दी परिणाम आने शुरू हो जाएंगे। मन मरने को राजी हो गया। अगर मन मरने को राजी न हो तो देर तक लंबाया जा सकता है।
सारी बात इस पर निर्भर करती है कि हमारे व्यक्तित्व के दो हिस्से हैं--चेतन और अचेतन। और जगत के भी दो हिस्से हैं--चेतन और अचेतन। जिसे हम पदार्थ कह रहे हैं वह जगत का अचेतन हिस्सा है, जिसे हम जीवन कह रहे हैं वह जगत का चेतन हिस्सा है। इस सारे चेतन और इस सारे अचेतन में कोई विरोध नहीं है। ये दोनों एक-दूसरे से संबंधित हैं।
मैंने आपसे कहा कि नाड़ी पर हाथ रखें तो नाड़ी पर फर्क पड़ जाएगा। जब डाक्टर भी आपकी नाड़ी जांचता है तब भी फर्क पड़ जाता है, उतनी ही नहीं रहती जितनी थी। इसलिए कोई डाक्टर कभी आपकी नाड़ी की ठीक जांच नहीं कर सकता; क्योंकि डाक्टर के हाथ लगाने से ही आपके आब्जर्वेशन में, आपके निरीक्षण में, आपकी अपेक्षा में फर्क पड़ जाता है। फौरन फर्क पड़ जाता है। और अगर लेडी डाक्टर हो तो फर्क और थोड़ा ज्यादा पड़ेगा। आपकी अपेक्षाएं और घबड़ाती हैं। आपकी अपेक्षाएं, आपका मन, वहां तंतुओं को हिला देता है। इसलिए समझदार डाक्टर दो-चार कम करके सोचेगा कि इतना होगा ठीक। क्योंकि दो-चार तो आपने अभी बढ़ा लिए होंगे, जो नहीं रहे होंगे।
लेकिन हमारी नाड़ी तो हमसे जुड़ी है, इसलिए प्रभावित हो जाती हो। लेकिन मैं कह रहा हूं, बाहर के जगत में जो अचेतन पदार्थ हमें दिखाई पड़ता है, वह भी हमारे चित्त से इतना ही जुड़ा हुआ है। जो माली अपने बगीचे के फूलों को प्रेम करता है, क्या आप सोच सकते हैं कि उसके फूल बड़े हो जाते होंगे? आप कहेंगे, पागलपन की बात है! लेकिन अगर माली ही यह कहते तो हम पागलपन की बात मानते। आक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी में एक छोटी सी लेबोरेट्री है, डेलाबार लेबोरेट्री। उसमें फूलों पर अभी बहुत से प्रयोग हुए हैं और घबड़ाने वाले हैं प्रयोग।
एक ईसाई फकीर ने यह कहा कि मैं जिस बीज को आशीर्वाद दे दूं, उसमें बड़े फूल आएंगे। उस प्रयोगशाला में इस पर बहुत से प्रयोग हुए। एक ही पैकेट के बीज एक गमले में डाले गए और दूसरे गमले में डाले गए। एक गमले को उस फकीर से आशीर्वाद दिलाया गया। उस फकीर ने उस गमले के सामने खड़े होकर परमात्मा से प्रार्थना की और कहा कि इसके बीज बड़े हों, इसके फूल बड़े हों, इसके अंकुर जल्दी आएं! और दूसरे गमले को आशीर्वाद नहीं दिया गया। और वैज्ञानिकों ने पूरी कोशिश की कि दोनों गमलों को एक सी सुविधा, एक सा पानी, एक सी धूप, एक सा खाद, सब एक सा मिले। लेकिन बड़ी मुश्किल हुई। आशीर्वाद दिए गए गमले पर बड़े फूल आए! आशीर्वाद दिए गए गमले पर बीज जल्दी अंकुर बने! आशीर्वाद दिए गए गमले पर ज्यादा फूल आए! आशीर्वाद दिए गए गमले के फूल ज्यादा देर टिके! और एकाध गमले पर होता तो समझते कि कोई चालबाजी होगी। फिर यह अनेक गमलों पर प्रयोग किया गया और हर बार यही हुआ।
क्या कारण होगा? क्या मनुष्य का चित्त उन बीजों को भी प्रभावित करता है?
असल में, चेतना और अचेतना के बीच कहीं भी दीवाल नहीं है। और जो इस हृदय में प्रतिध्वनित होता है, वह जगत के सब कोनों तक पहुंच जाता है। और जो जगत

के किसी भी कोने में प्रतिध्वनित होता है, वह इस हृदय के कोने तक आ जाता है। हम सब इकट्ठे हैं, संयुक्त हैं।
इसलिए योग का चौथा सूत्र--फिर बाकी सूत्र मैं कल आपसे बात करूंगा--योग
का चौथा सूत्रः कि जगत में कुछ भी असंबंधित नहीं है, एवरीथिंग इ.ज रिलेटेड, दि वर्ल्ड इ.ज ए फेमिली। यह जो जगत है, एक परिवार है। यहां असंबंधित कुछ भी नहीं है, यहां सब जुड़ा है, यहां टूटा कुछ भी नहीं है। यहां पत्थर से आदमी जुड़ा है, जमीन से चांद-तारे जुड़े हैं, चांद-तारों से हमारे हृदय की धड़कनें जुड़ी हैं, हमारे विचार सागरों की लहरों से जुड़े हैं, पहाड़ों के ऊपर चमकने वाली बर्फ हमारे मन के भीतर चलने वाले सपनों से जुड़ी है। यहां टूटा हुआ कुछ भी नहीं है, यहां सब संयुक्त है, यहां सब इकट्ठा है। यहां अलग-अलग होने का उपाय नहीं है, क्योंकि यहां बीच में गैप नहीं है, जहां से चीजें टूट जाएं। टूटा होना सिर्फ हमारा भ्रम है।
इसलिए योग का चौथा सूत्र आपसे कहता हूंः ऊर्जा संयुक्त है, ऊर्जा एक परिवार है। न चेतन अचेतन से टूटा है, न अस्तित्व अनस्तित्व से टूटा है, न पदार्थ मन से टूटा है, न शरीर आत्मा से टूटा है, न परमात्मा पृथ्वी से टूटा है, प्रकृति से टूटा है। टूटा होना शब्द ही झूठा है। सब जुड़ा है, सब इकट्ठा है, संयुक्त है। संयुक्त और इकट्ठा शब्दों से गलती मालूम पड़ती है, क्योंकि ये शब्द हम उनके लिए लाते हैं जो टूटे हुए हैं। यह एक ही है। जैसे एक ही सागर में अनंत लहरें हैं। हर लहर दूसरी लहर से जुड़ी है। आप जिस किनारे पर बैठे हैं, वहां जो लहर आकर टकराती है, वह लहर अंतहीन किनारों से जुड़ी है जो आपको दिखाई भी नहीं पड़ते। यहां सब जुड़ा है।
यहां से, पृथ्वी से दस करोड़ मील दूर पर सूरज है। सूरज ठंडा हो जाए, हम
सब ठंडे हो जाएं। हम यह न कह सकेंगे कि दस करोड़ मील दूर जो सूरज है, उससे हमारा क्या लेना-देना? हो जाओ ठंडे! हम अपने घर का दीया जला रखेंगे, क्या फिकर है! नहीं लेकिन, आप ठंडे हो जाएंगे। क्योंकि सारी जीवन-ऊर्जा उस सूरज से आपको मिल रही है। लेकिन वह सूरज भी दूसरे सूरजों से जुड़ा है, महासूर्यों से जुड़ा है। वैज्ञानिक कहते हैं कि अब तक उन्होंने जो गणना की है, वह करीब दस करोड़ सूर्यों की है। और वे सब संयुक्त हैं। और यह गणना पूरी नहीं है, यह गणना पूरी कभी नहीं होगी, क्योंकि इससे आगे, और आगे, और आगे विस्तार है। वह अंतहीन है।
इस अनंत विस्तार में सब संयुक्त है। यहां एक फूल भी खिला है, तो वह भी हमसे जुड़ा है; और सड़क के किनारे एक कंकड़ पड़ा है, तो वह भी हमसे जुड़ा है। जब इस संयुक्तता को समझेंगे, तो मैंने कहा कि आपकी नाड़ी तो प्रभावित होगी ही, जो चीजें आपके बिल्कुल ख्याल में नहीं आतीं, वे भी प्रभावित हो सकती हैं। एक छोटी सी सुई पर एक प्रयोग करें। एक छोटे से बर्तन में पानी भर लें,
एक गिलास में पानी भर लें। और उस पानी पर कोई भी चिकनी चीज फैला दें--ग्रीस फैला दें, थोड़ा सा घी डाल दें या थोड़ा सा तेल फैला दें--और एक पतली आलपिन को उस तेल पर तैरा दें। फिर उस गिलास के ऊपर दोनों आंखें गड़ा कर बैठ जाएं, दो मिनट तक आंखें न झपकें। और फिर उस पिन को कहें कि बाएं घूम जाओ! और आप हैरान होंगे कि सुई बाएं घूमती है। और उससे कहें, दाएं घूम जाओ! तो आप हैरान होंगे कि दाएं घूमती है। और आप कहें कि रुक जाओ! तो वह रुकती है। और आपके इशारे पर चलती है।
सुई इसलिए कि आपके पास संकल्प बहुत छोटा है, अन्यथा पहाड़ भी घुमाए जा सकते हैं। सुई इसलिए है। लेकिन सुई घूमती है तो पहाड़ के घूमने में कोई बाधा नहीं रह जाती। क्योंकि सुई और पहाड़ में क्या फर्क है? क्वांटिटी का फर्क होगा, लेकिन सिद्धांत का कोई फर्क नहीं पड़ता है।
योग कहता है, हम सब जुड़े हैं। इसलिए योग कहता है, जब एक आदमी बुरा विचार करता है तो आस-पास के लोग तत्काल बुरे होने शुरू हो जाते हैं। उस विचार को प्रकट करने की जरूरत नहीं है। जब एक आदमी अच्छा विचार करता है तो आस-पास एक अच्छे विचार की तरंगें फैलनी शुरू हो जाती हैं। अच्छे विचार को प्रकट करने की जरूरत नहीं है। अचानक किसी आदमी के सामने जाकर आपको लगता है कि शांति आ गई। अचानक किसी आदमी के सामने जाकर लगता है कि अशांति फैल गई। किसी रास्ते से गुजरते हैं, लगता है कि जैसे मन हलका हो गया। किसी रास्ते से गुजरते हैं, लगता है कि जैसे मन भारी हो गया। किसी घर में बैठते हैं और

लगता है कि भय पकड़ लेता है। किसी घर में बैठते हैं और लगता है कि हृदय प्रफुल्लित हो जाता है। ये सब चारों तरफ से आ रही तरंगों के परिणाम हैं। ये चारों तरफ से घेर रही तरंगें आपको छू रही हैं।
ऐसा नहीं है कि यही आपको छू रही हैं, आप भी छू रहे हैं, आप भी इन तरंगों
को छू रहे हैं। यह पूरे वक्त चल रहा है। इस समस्त के विस्तार के बीच, हम भी ऊर्जा के एक पुंज हैं। और चारों तरफ डायनामिक सेंटर्स हैं ऊर्जा के, वे सब काम में लगे हैं। ये सारे जगत की नियति हम सबकी इकट्ठी नियति है।
योग के इस चौथे सूत्र का अर्थ है कि अपने को अलग देखना पागलपन है, अपने
को अलग मानना नासमझी है, अपने को अलग समझ कर जीना अपने हाथ से अपने सिर पर बोझ ढोना है।
एक छोटी सी कहानी, और अपनी बात मैं पूरी करूं। फिर अगले सूत्र कल आपसे कहूंगा।
मैंने सुना है, एक योगी एक ट्रेन में सवार हुआ, एक फकीर। थर्ड क्लास के डिब्बे में जाकर बैठा। अपनी पेटी सिर पर रख ली, पेटी के ऊपर अपना बिस्तर रख लिया, बिस्तर के ऊपर अपना छाता रख रहा था। पर पास-पड़ोस के लोगों ने कहा, यह क्या कर रहे हो? नीचे रख दो सामान, आराम से बैठो। उस योगी ने कहा कि मैं सोचता हूं, टिकिट तो सिर्फ मैंने अपने लिए ली है। इसलिए ट्रेन पर ज्यादा वजन डालना अनैतिक होगा। इसलिए वजन अपने सिर पर रख रहा हूं। उन लोगों ने कहा, पागल हो गए हैं! आपके सिर पर रखिए तो भी ट्रेन पर तो वजन पड़ेगा ही। इसलिए नाहक अपने सिर को और वजन क्यों दे रहे हैं? नीचे रखिए और आप आराम से बैठिए। ट्रेन तो वजन ढोएगी ही--चाहे सिर पर रखिए और चाहे नीचे रखिए। उस फकीर ने कहा कि मैं तो समझता था अज्ञानी होंगे इस कमरे में, यहां ज्ञानी हैं। नीचे वजन रखा। उन लोगों ने कहा, हम समझे नहीं। तो उस फकीर ने कहा कि जिंदगी में मैंने सभी लोगों को अपने सिर पर वजन रखे देखा, जो वजन परमात्मा पर छोड़ा जा सकता था। मैंने हर आदमी को सारी चिंताओं का बोझ अपने सिर पर लिए हुए चलते देखा, पहाड़ के पहाड़, जो कि चांद-तारों पर छोड़े जा सकते हैं, जिन्हें कि हवाएं उठा लेतीं। लेकिन हर आदमी को मैंने इतनी उदासी और परेशानी से भरा देखा, जो कि फूल उठा लेते, हवा के झोंके उठा लेते, चांद-तारे उठा लेते, सारा जगत उठा लेता। लेकिन हर आदमी अपना बोझ लिए चल रहा है। तो मैंने सोचा कि इस डिब्बे में कहीं आप लोग नाराज न हों, तो मैंने सामान ऊपर रखा था। लेकिन आप तो ज्ञानी हैं। पर उन्होंने कहा कि इस डिब्बे में ही हम ज्ञानी हैं, जहां तक जिंदगी की गाड़ी का सवाल है, वहां तो हम अपना बोझ अपने सिर पर ही रखते हैं। उन्होंने कहा कि अपने सिर पर रखना ही पड़ेगा, क्योंकि हमारे अतिरिक्त और हम किसके सिर पर रखेंगे?
योग कहता है, किसी के सिर पर बोझ नहीं रखना है। बोझ किसी के सिर पर है
ही नहीं। सिर्फ उन्हीं के सिर बोझिल हो जाते हैं जो इस सत्य को नहीं जान पाते कि जीवन संयुक्त है, जीवन इकट्ठा है। श्वास हवाओं पर निर्भर है। प्राण की गरमी तारों पर, सूर्यों पर निर्भर है। जीवन का होना सृष्टि के क्रम पर निर्भर है। मृत्यु का होना जन्म का दूसरा पहलू है। यह सब हो रहा है। हम इस सबको सिर पर उठा कर रख लेते हैं।
योग कहता है, अगर हम इसे देख पाएं कि हम एक बड़े जाल के बीच एक छोटे से तंतु से ज्यादा नहीं हैं... ।
एक नदी में दो तिनके बहे जाते थे। तेज थी धार नदी की और एक तिनका नदी
की धार से लड़ने की कोशिश कर रहा था। उसने नदी की धार में अपने को आड़ा डाल रखा था और नदी में बांध बांधने की कोशिश कर रहा था कि रोक दूंगा नदी को। कुछ फर्क न पड़ता था, बहा जा रहा था। तिनका ही था। नदी को खबर भी न थी कि किसी तिनके को बांध बांधने का ख्याल आ गया है। नदी को यह भी पता न था कि कोई तिनका लड़ रहा है। कहां होता पता नदी को? नदी भागी जा रही थी सागर की तरफ। वह तिनका बहा जा रहा है, लड़ा जा रहा है। उसके साथ एक दूसरा तिनका है, उसने नदी में अपने को सीधा छोड़ रखा है। और वह सोच रहा है कि नदी को सहयोग दूं। और सोचता था कि नदी मेरे सहारे कितनी तेजी से बही जा रही है। इससे भी कोई फर्क न पड़ता था, नदी को कोई सहारा न मिलता था। नदी को उन दोनों तिनकों से कोई फर्क न पड़ता था--जो नदी को रोकता था उससे, जो लड़ता था उससे; जो नदी को सहयोग देता था, नदी को बहाता था उससे। लेकिन तिनकों को फर्क पड़ता था। जो लड़ रहा

था वह व्यर्थ ही मरा जा रहा था, जो बह रहा था। वह आनंद से धारों पर नाच रहा था। दोनों बहे जा रहे हैं--एक लड़ता हुआ, मरता हुआ, परेशान; एक आनंद से पुलकित।
लेकिन योग कहता है कि दोनों तिनके ही मत बनो, क्योंकि दोनों का भ्रम एक-दूसरे से जुड़ा है। तुम तो समझो कि नदी बह रही है, न तुम्हें बहाना है; नदी बह रही है, न तुम्हें रोकना है। और तुम नदी के एक हिस्से हो जाओ। तिनके भी मत रहो, एक लहर बन जाओ। और तब निर्भार हो जाओगे, वेटलेस हो जाओगे। तब कोई भार नहीं रह जाएगा।
चौथा सूत्रः सारा जगत एक प्रवाह है ऊर्जा का। उसमें हम एक लहर से ज्यादा नहीं हैं। सब जुड़ा है। इसलिए जो यहां होता है वह सब जगह फैल जाता है और जो सब जगह होता है वह यहां सिकुड़ आता है।
इस जगत में जो-जो हो रहा है, हम साझीदार हैं, संयुक्त हैं, पार्टनरशिप है, उसमें कोई अलग-अलग नहीं है। अगर कहीं कोई चोर है तो मैं जिम्मेवार हूं। जरूर मेरी बुराइयों ने भी उसे चोर बनाने में सहयोग दिया होगा। और कहीं अगर कोई हत्यारा है तो मैं जिम्मेवार हूं। अगर कहीं कोई साधु है तो भी मैं जिम्मेवार हूं। इसका मतलब यह हुआ कि जिम्मेवारी की कोई जरूरत ही नहीं है, कहीं भी जो हो रहा है, उसमें मैं भागीदार हूं। और तब कोई दोष नहीं है, तब हम अकेले नहीं हैं।
पश्चिम में एक नया शब्द "एलिअनेशन" पकड़ रहा है--अकेलापन, अजनबीपन। स्ट्रेंजर की तरह एक-एक आदमी हो गया है। हर आदमी को लग रहा है कि मैं अकेला हूं, कोई साथी नहीं।
कभी पतियों को भ्रम होता था कि पत्नी साथी है। कभी पत्नियां भ्रम पालती थीं कि पति साथी है। अब सब भ्रम टूटे जा रहे हैं। पत्नी को पक्का नहीं है कि पति साथी है, पति को पक्का नहीं है कि पत्नी साथी है। जब पति प्रेम कर रहा है, तब भी पक्का नहीं है कि मन में डायवोर्स का फार्म भर रहा हो। कुछ पक्का नहीं है। बेटे को पक्का नहीं है बाप का। बाप को पक्का नहीं है कि बेटे बहुत दिन साथ देंगे। कुछ पक्का नहीं है। सब अनिश्चित है। और एक-एक आदमी अकेला हो गया है, एलिअन हो गया है सबसे। इसलिए पश्चिम में इतनी चिंता और इतना बोझ है और एक-एक आदमी दबा जा रहा है पहाड़ों से। और एक-एक आदमी पागल हुआ जा रहा है। यहां भी वही हुआ जा रहा है।
योग कहता है, नासमझी है। तुम अकेले हो, यह तुम्हारी नासमझी है। यह जगत इकट्ठा है। जिस दिन कोई आदमी ऐसा समझ लेता है कि मैं सबके साथ इकट्ठा हूं, उसी दिन उसके ऊपर चिंता के सारे बोझ तिरोहित हो जाते हैं। उसी दिन वह मुक्त हो जाता है भीतर। सब बंधन गिर जाते हैं।
यह चौथा सूत्र! ऐसे कुछ और सूत्रों की मैं आपसे रोज बात करूंगा। इस संबंध में जो भी प्रश्न हों, वे कल आप मुझे लिख कर दे देंगे। उनकी चर्चा कल की चर्चा के साथ मैं करूंगा। रोज जो भी आपके सवाल हों, वे लिख कर देते जाएंगे। ध्यान के संबंध में एक सवाल किसी मित्र ने पूछा है, वह मैं सुबह ध्यान की जो बैठक होगी उसमें बात कर लूंगा।
एक और बात आपसे कर लूं, फिर ध्यान की एक चित्र है वह आप देखें। जो मित्र सुबह ध्यान में आना चाहें--और मैं चाहूंगा कि सभी आना चाहें, क्योंकि जो योग के सूत्र की मैं बात कर रहा हूं, वह सिर्फ बौद्धिक, इंटलेक्चुअल समझ जाएं, अगर उस पर प्रयोग ही करना है, एक्सपेरिमेंट ही करना है, लगे उसमें ही प्रवेश करना है, तो सुबह आना जरूरी होगा। सांझ मैं आपसे बात करूंगा और सुबह उसी बात के लिए हम प्रयोग करेंगे। तो सांझ आप समझ लें और सुबह आप कर लें, तो आपको समझ पूरी आ जाएगी। अन्यथा अकेली समझ आधी समझ हो जाती है और आधी समझ नासमझी से बुरी होगी।
मेरी बातों को इतने प्रेम से सुना, उससे अनुगृहीत हूं। अंत में आप सबके भीतर बैठे परमात्मा को प्रणाम करता हूं, मेरे प्रणाम स्वीकार करें।

योग: नये आयाम
दूसरा प्रवचन

घर--मंदिर

योग के संबंध में चार सूत्रों की बात मैंने कल की। आज पांचवें सूत्र
पर आपसे बात करना चाहूंगा।
योग का पांचवां सूत्र हैः जो अणु में है, वह विराट में भी है। जो क्षुद्र में है, वह विराट में भी है। जो सूक्ष्म से सूक्ष्म में है, वह बड़े से बड़े में भी है। जो बूंद में है, वही सागर में है।
इस सूत्र को सदा से योग ने घोषणा की थी, लेकिन विज्ञान ने अभी-अभी इसको
भी समर्थन दिया है। सोचा भी नहीं था कि अणु के भीतर इतनी ऊर्जा, इतनी शक्ति मिल सकेगी, अत्यल्प के भीतर इतना छिपा होगा, ना-कुछ के भीतर सब कुछ का विस्फोट हो सकेगा। अणु के विभाजन ने योग की इस अंतर्दृष्टि को वैज्ञानिक सिद्ध कर दिया है। परमाणु तो दिखाई भी नहीं पड़ता आंख से। लेकिन न दिखाई पड़ने वाले परमाणु में, अदृश्य में विराट शक्ति का संग्रह है। वह विस्फोट हो सकता है। व्यक्ति के भीतर आत्मा का अणु तो दिखाई नहीं पड़ता है, लेकिन उसमें विराट ऊर्जा छिपी है और परमात्मा का विस्फोट हो सकता है। योग की घोषणा कि क्षुद्रतम में विराटतम मौजूद है, कण-कण में परमात्मा मौजूद है, यही अर्थ रखती है।
योग ने क्यों जोर दिया होगा इस सूत्र पर?
एक तो इसलिए कि वह सत्य है। और दूसरा इसलिए कि एक बार यह स्मरण आ जाए
कि अणु में परम छिपा है, तो व्यक्ति को अपनी आत्म-शक्ति का स्मरण करने का मार्ग बन जाता है। व्यक्ति को क्षुद्र अनुभव करने का कोई भी कारण नहीं है। क्षुद्रतम को भी क्षुद्र अनुभव करने का कोई कारण नहीं है। इससे उलटी बात भी ख्याल में ले लेनी जरूरी है कि विराटतम को भी अहंकार से भर जाने की कोई जरूरत नहीं है, क्योंकि जो उसके पास है वह क्षुद्रतम के पास भी है। सागर भी अगर अहंकार से भर जाए तो पागल है, क्योंकि जो सागर के पास है, एक छोटी सी बूंद के पास भी है। क्षुद्रतम को हीन होने का कोई कारण नहीं है, विराटतम को अहंकार से भर जाने का कोई कारण नहीं है। न हीनता का कोई अर्थ है, न श्रेष्ठता का कोई अर्थ है। ये दोनों ही व्यर्थ हैं, इस सूत्र से ऐसा निष्पन्न होता है।
आदमी दो ही बातों के चक्कर में जीवन को नष्ट करता है। या तो वह हीनता
के बोध से पीड़ित होता है, इनफिरिआरिटी के बोध से पीड़ित होता है। अभी तो एडलर ने इनफिरिआरिटी कांप्लेक्स को सभी की जबानों पर पहुंचा दिया-- हीनग्रंथि। या तो व्यक्ति हीनग्रंथि से पीड़ित होता है और निरंतर अनुभव करता है कि मैं कुछ भी नहीं हूं, ना-कुछ। जैसा कि उमर खय्याम की प्रसिद्ध पंक्ति को आपने सुना होगा--डस्ट अनटू डस्ट! मिट्टी मिट्टी में लौट जाती है, और कुछ भी नहीं है।
हीनता अगर व्यक्ति को पकड़ ले, तो बहुत गहरे और बहुत भीतर रुग्णता और डिजीज पकड़ लेती है। कोई अगर ऐसा जीने लगे कि जैसे कुछ भी नहीं है, तो जीना ही मुश्किल हो जाता है, वह जीते जी मर जाता है। बहुत कम ही लोग हैं जो मरने तक जिंदा रहते हों, अधिक लोग पहले ही मर जाते हैं। अक्सर तो ऐसा होता है कि सत्तर साल में दफनाए जाते हैं, मरना तो बहुत पहले हो गया होता है। मरने और दफनाने के समय में तीस-तीस, चालीस-चालीस, पचास-पचास साल का फासला होता है। जिस दिन लगता है, हीनता पकड़ लेती है भीतर... और अगर इस चारों तरफ फैले हुए विराट को देखेंगे तो हीनता पकड़ ही लेगी। क्या है स्थिति मनुष्य की? कुछ भी नहीं। सागर की लहरों पर एक तिनका मालूम होता है। न कोई दिशा है, न कोई शक्ति है। अगर ऐसी हीनता मन को पकड़ ले, तो जीते जी जीवन उदास और मृत हो जाता है, राख हो जाता है। अंगारा बुझा-बुझा हो जाता है। और अगर भीतर अपना ही जीवन बुझ जाए, बुझा-बुझा हो जाए, अपने ही दीये की ज्योति बुझ जाए, तो फिर सूर्यों के प्रकाश का भी क्या करिएगा? होगा! लेकिन उससे कोई अर्थ नहीं रह जाता।

व्यक्ति के भीतर विराट है, इसका स्मरण जरूरी है। व्यक्ति के भीतर अनंत है, इसका स्मरण जरूरी है। व्यक्ति के भीतर परमात्मा है, इसका स्मरण जरूरी है। ताकि व्यक्ति हीन न हो जाए।
और मजे की बात है कि हीनता को मिटाने के लिए व्यक्ति श्रेष्ठता की कल्पनाओं में पड़ जाता है--सुपीरिआरिटी कांप्लेक्स! वह जो हीनता की भावना है, उसे दबाने के उपाय में लग जाते हैं। लगती है भीतर हीनता तो आदमी धन कमाने लगता है, कि धन कमा कर दुनिया को बता दे और खुद भी समझ ले कि नहीं, कुछ भी नहीं, बहुत कुछ हूं। हीनता की ग्रंथि दौड़ाती है और आदमी सिंहासनों पर चढ़ने लगता है, ताकि सिंहासनों पर खड़े होकर घोषणा कर दे कि कौन कहता है कि मैं कुछ भी नहीं हूं? मैं कुछ हूं! हीनता ही श्रेष्ठता की दौड़ बन जाती है। इसलिए जितने लोग श्रेष्ठ होने की पागल दौड़ में होते हैं, भीतर हीनता की ग्रंथि से पीड़ित होते हैं।
एडलर ने तो बहुत अदभुत बातें कही हैं। और उसकी बातें अर्थपूर्ण हैं। उसने कहा है कि अक्सर जो लोग दौड़ में प्रथम आते हैं, वे वे ही होते हैं जो बचपन में लंगड़ाते हैं। और जो लोग संगीत में बहुत कुशल हो जाते हैं, वे वे ही होते हैं जो बचपन में जरा कम सुनते हैं। और जो लोग राष्ट्रपति बन जाते हैं और प्रधानमंत्री हो जाते हैं, अक्सर वे ही लोग हैं, जिनको स्कूल की बेंचों पर पीछे बैठना पड़ता है। वह जो चोट लगती है हीनता की, वे सिद्ध करने निकल पड़ते हैं लोग दुनिया में कि हम कुछ हैं--दिखा देंगे कि हम कुछ हैं! इसलिए राजनीतिज्ञ अगर हीनता से पीड़ित होता है तो आश्चर्य नहीं। भीतर
एक कीड़ा लगा हुआ है कि मैं कुछ भी नहीं हूं। और यह मन को दुखाता है, तकलीफ में डाल देता है, दौड़ाता है।
लेनिन अगर कुर्सी पर बैठता था तो उसके पैर जमीन तक नहीं पहुंचते थे। उसके ऊपर का शरीर का हिस्सा बड़ा था और पैर छोटे थे। तो कुर्सी पर बैठे साधारण तो पैर जमीन नहीं छू पाते थे। हिटलर अत्यंत साधारण बुद्धि का व्यक्ति था और सेना में साधारण हैसियत का सिपाही था। और वहां से भी अनफिट होकर, अयोग्य होकर निकाला गया था। स्टैलिन एक चमार का लड़का था और लिंकन भी एक चमार का लड़का था।
अगर हम दुनिया के राजनीतिज्ञों के पीछे झांकें तो बहुत हैरानी होगी। इन्हें कहीं न कहीं बचपन में लगी हीनता की चोट इनकी दौड़ बन गई, ये विक्षिप्त होकर दौड़ पड़े। और जब तक ये किसी पहाड़ पर न चढ़ गए तब तक इन्होंने तृप्ति न पाई। पहाड़ पर चढ़ कर इन्होंने दुनिया को तो दिखा दिया कि हम कुछ हैं, लेकिन इससे स्वयं को कुछ भी नहीं दिखता। इसलिए सभी पद, सभी धन, सभी यश, पाने वाले को अंततः व्यर्थ मालूम पड़ते हैं। जब सिंहासनों पर खड़ा हो जाता है, तब वह पाता है कि खड़ा तो मैं ही हूं! सिंहासन भला मिल गया, लेकिन मैं तो मैं ही हूं! और वह हीनता का घुन खाए जाता है। इसलिए बड़े से बड़ा पद कोई तृप्ति नहीं लाता। बड़े से बड़े पद के आगे की दौड़ बनी रहती है।
और जब किसी ने सिकंदर को कहा था कि मैंने सुना है कि तुम सारी दुनिया जीत लोगे, लेकिन कभी यह भी सोचा है कि दुनिया जीत कर फिर क्या करोगे? क्योंकि एक ही दुनिया है! तो सुना है मैंने, सिकंदर बहुत उदास हो गया था और उसने कहा था, यह तो मैंने सोचा ही नहीं। ठीक कहते हैं, अगर पूरी दुनिया जीत लूंगा तो फिर क्या करूंगा? दूसरी दुनिया कहां है? क्योंकि पूरी दुनिया जीतने के बाद भी, वह सिकंदर के मन में जो हीनता पकड़ी होगी, उससे तो छुटकारा नहीं है। दूसरी दुनिया जीत कर भी छुटकारा नहीं है।
हीनता की ग्रंथि ही परवर्टेड होकर या इनवर्टेड होकर, शीर्षासन करके श्रेष्ठता की ग्रंथि बन जाती है।
इसलिए जो आदमी सड़क पर अकड़ा हुआ दिखाई पड़े, उस पर दया करना, वह हीनता से पीड़ित है। किसी को जरा धक्का लग जाए तो वह कहता है, जानते नहीं मैं कौन हूं? वह बेचारा हीनता से पीड़ित है। जो आदमी जरा-जरा सी बातों में क्रुद्ध हो रहा है, जो जरा-जरा सी बातों में अहंकार को चोट मान लेता है, रास्ते पर कोई हंसता हो तो जो समझता है कि उसे ही देख कर लोग हंस रहे हैं, जानना कि वह हीनता की ग्रंथि से पीड़ित है। यह पीड़ा उसे श्रेष्ठ होने की पागल दौड़ में डाल देती है। हीनता रोग है। श्रेष्ठता रोग को दबाने के लिए महारोग है। और

कई बार दवाएं बीमारियों से भी ज्यादा खतरनाक सिद्ध होती हैं। दबाई गई बीमारियां और भी खतरनाक सिद्ध हो जाती हैं।
तो योग दूसरी बात भी स्मरण दिलाना चाहता है। वह यह कहता है कि परमात्मा भी अगर कहीं है तो वह भी इस अहंकार में न भर जाए कि मैं कुछ हूं, क्योंकि जो उसके पास है, वह एक मिट्टी के कण के पास भी है। इसलिए एक दिशा से मिट्टी के कण को भी हीनता न पकड़े और दूसरी दिशा से परमात्मा को भी श्रेष्ठता न पकड़ जाए। और जब कोई हीनता और श्रेष्ठता दोनों से मुक्त होता है, तभी समत्व को उपलब्ध होता है। योग की यह घोषणा मनुष्य के गहरे मानस रोग को मुक्त करने की चेष्टा है। लेकिन यह सिर्फ मानस रोग को ही दूर करने की चेष्टा नहीं है, सत्य भी यही है। सत्य भी यही है। न तो क्षुद्र को रोने का कारण है, न विराट को अकड़ जाने का कोई कारण है। यहां जो बहुत बड़ा दिखाई पड़ता है और जो बहुत छोटा दिखाई पड़ता है, इन सब के पास एक सी ही संपदा है।
जीसस एक छोटी सी कहानी कहे हैं।
एक दिन एक बहुत बड़े अमीर ने अपने बगीचे में सुबह कुछ मजदूर लगाए। फिर दोपहर कुछ मजदूर और अमीर के पास गए और उन्होंने कहा, हमें भी काम दो। उसने उन्हें भी बगीचे में लगा दिया। फिर दोपहर ढलने लगी तब कुछ मजदूर गए और उन्होंने कहा, हमें भी काम दो। उस अमीर ने उन्हें भी काम पर लगा दिया। फिर सांझ जब सूरज ढलता था और दिन अस्त होता था तब भी कुछ मजदूर गए और उस अमीर ने उन्हें भी काम पर लगा दिया।
फिर सूरज ढल गया और सबको दिन भर का मेहनताना बांटा गया, तो उसने सबको बराबर मेहनताना दे दिया। जो सुबह से आए थे, वे नाराजगी में खड़े हो गए। उन्होंने कहा, यह अन्याय है! हम सुबह से मजदूरी कर रहे हैं। कुछ लोग दोपहर आए, कुछ लोग दोपहर के बाद आए और कुछ तो अभी आए ही हैं जब हम काम ही खत्म कर चुके थे। इन सबको बराबर मजदूरी--अन्याय है! तो उस अमीर ने कहा कि तुम्हें जो दिया, वह तुम्हारे काम से कम तो नहीं? उन्होंने कहा कि नहीं, हमारे काम के लिए तो बहुत है। लेकिन इन्हें जो बहुत पीछे आए... । तो उस अमीर ने कहा, परमात्मा के राज्य में न कोई आगे है और न कोई पीछे है, सब बराबर हैं।
योग यही कह रहा है। वह यह कह रहा है कि मिट्टी के कण को दुखी होने का कोई कारण नहीं है और खुद परमात्मा को भी अहंकार से भरने का कोई कारण नहीं है। इस जीवन के खेल में न कोई आगे है, न कोई पीछे; न कोई बड़ा है, न कोई छोटा।
योग क्षुद्र में विराट को दिखाता है और विराट में क्षुद्र को दिखाता है।
बूंद में सागर को दिखाता है, सागर में बूंद को दिखाता है।
सत्य भी यही है, मैंने कहा। चूंकि विज्ञान अब बहुत अदभुत बातें कह रहा है।
रदरफोर्ड ने जब सबसे पहले अणु के परिवार को तोड़ा तो एक बहुत अदभुत अनुभव प्रकाश में आया। और वह यह था कि सबसे कम मात्रा वाला परमाणु भी ठीक ऐसे ही है जैसे महासूर्यों का सौर्य-जगत। एक परमाणु में--सबसे छोटे परमाणु में--एक तो केंद्र होता है और उस केंद्र के आस-पास चक्कर लगाने वाला इलेक्ट्रान होता है। वह इलेक्ट्रान उस केंद्र का चक्कर लगाता है। इस चक्कर की गति ठीक वैसे ही है जैसे सूरज के आस-पास पृथ्वी और मंगल और बृहस्पति और ग्रह चक्कर लगाते हैं। इस छोटे से परमाणु की गति वही है। और उस केंद्र पर जो ऊर्जा छिपी है, वह वैसी ही ऊर्जा है, जैसी सूर्य की ऊर्जा है। जैसे एक बहुत छोटे रूप में सौर परिवार इस परमाणु के भीतर बैठा है। फर्क सिर्फ मात्रा का है, गुण का कोई भी फर्क नहीं है।
तो विज्ञान ने कहना शुरू किया, जो योग का पुराना सूत्र है, हम सबको याद होगा कि अंड में ब्रह्मांड है। तो वैज्ञानिक रदरफोर्ड या उसके साथी कहते हैं, दि मैक्रोकाज्म इन दि माइक्रोकाज्म। वह जो विराट जगत है, वह बिल्कुल क्षुद्र माइक्रोकाज्म में मौजूद है। वह जो कॉस्मास है, वह जो ब्रह्मांड है, वह छोटे से अंड में--इतने छोटे कि उसे देखना भी संभव नहीं, सिर्फ अनुमान ही किया जाता है कि वह है, सिर्फ अनुमान से ही जाना जाता है कि वह घूम रहा है--इतने छोटे में, वह जो इतना विराट दिखाई पड़ रहा है, वह सब बहुत छोटी तस्वीर की तरह वहां मौजूद है, छोटा प्रिंट है।
यह ऐसा ही समझें, इसमें फर्क जो है वह मात्रा का है। यह ऐसा ही है कि जैसे हम कहें, दो और दो के बीच जो फर्क है, बीस और चालीस के बीच भी वही फर्क

है। दो सौ और चार सौ के बीच भी वही फर्क है। दो करोड़ और चार करोड़ के बीच भी वही फर्क है। दो और चार के बीच जो फर्क है, जो अनुपात है, वही दो करोड़ और चार करोड़ के बीच भी वही अनुपात है--दि सेम प्रपोर्शन। सिर्फ विस्तृत हो गई है संख्या, लेकिन दोनों के बीच अनुपात एक ही है। ठीक ऐसे ही क्षुद्रतम का अनुपात वही है जो विराटतम का अनुपात है।
इस सत्य को समझ कर दो बातें स्मरण कर लेनी चाहिएः हीनता पागलपन है; श्रेष्ठता महा पागलपन है। इसे समझ कर ठीक से समझ लेना चाहिएः अपने को ना- कुछ समझना भी पागलपन है; अपने को बहुत कुछ समझना भी पागलपन है।
योग कहता है, तुम जो हो, वहां हीन और श्रेष्ठ होने का, दोनों का ही कोई उपाय नहीं है। तुम बस हो इतना ही जानो, उतना काफी है।
इसका दूसरा अर्थ यह है कि अपने को तौलो ही मत, डोंट कंपेअर। उसका कुछ अर्थ ही नहीं है। तुलना ही मत करो। तुलना का कोई अर्थ ही नहीं है। दो और चार, अगर बीस और चालीस से तुलना करें या दो करोड़ और चार करोड़ से तुलना करें, तो कोई फर्क नहीं पड़ता है। तुलना में कोई अंतर नहीं है, दोनों बराबर हैं। अनुपात बराबर है, प्रपोर्शन बराबर है, इसलिए तुलना व्यर्थ है।
इसलिए योग कहता है, बूंद की भी सागर से तुलना मत करो, क्योंकि बूंद छोटा सागर ही है। और सागर को भी अकड़ने का मौका मत दो, क्योंकि सागर फैली हुई बूंद ही है। सिर्फ फैलाव के फर्क हैं।
अभी वैज्ञानिकों का ख्याल है कि जल्दी ही, शायद इस सदी के पूरे होते- होते, हम चीजों के फैलाव को कम-ज्यादा कर सकेंगे।
मैंने सुना है, इक्कीसवीं सदी की एक कहानी मैंने सुनी है कि एक आदमी
एक स्टेशन पर उतरा है। उसके पास कोई सामान दिखाई नहीं पड़ता, सिर्फ एक माचिस की डिब्बी भर उसके बेंच के पास रखी है। और नीचे उतर कर वह जोर से चिल्लाने लगा कि दस-बीस कुली हों तो आ जाएं! तो पास-पड़ोस के यात्रियों ने कहा, सामान तो आपके पास कोई दिखाई नहीं पड़ता, दस-बीस कुलियों का क्या करिएगा? तो उस आदमी ने कहा कि सामान मेरा उस माचिस की डिब्बी में रखा है। उन्होंने कहा, लेकिन माचिस की डिब्बी बीस-पच्चीस कुली उठाएंगे? आप ही उठा लें! लेकिन उस आदमी ने डिब्बी खोल कर बताई, तो उसमें एक कार उस डिब्बी के भीतर रखी है। पर उन्होंने कहा, यह बच्चों के खेलने की कार होगी, उठा लें। उस आदमी ने कहा, यह बच्चों के खेलने की कार नहीं है, सिर्फ कार को कनडेंस किया गया है, ताकि छोटी जगह में यात्रा करवाई जा सके। इसको जाकर हम फिर फुला लेंगे।
जैसे कि गुब्बारे को हम खोल कर रख लेते हैं तो सिकुड़ जाता है, भीतर हवा
भर देते हैं तो फैल जाता है। अब वैज्ञानिक कहते हैं कि लोहे को भी और सिकोड़ा जा सकता है। जैसे कि रूई को सिकोड़ते हैं, ऐसे लोहे को भी सिकोड़ा जा सकता है, फिर फैलाया जा सकता है। क्योंकि प्रत्येक चीज परमाणुओं का जोड़ है और परमाणुओं के बीच में बहुत स्पेस है, उस स्पेस को छोटा-बड़ा किया जा सकता है। तो यह हो सकता है कि एक पूरी रेलगाड़ी एक छोटी सी माचिस की डिब्बी में लाई जा सके और फिर उसे वापस फैला कर बड़ा किया जा सके।
जिस दिन यह हो जाएगा--प्रयोग तो हो गया है, बड़े पैमाने पर उपयोग में आएगा वक्त पर--जिस दिन यह हो जाएगा, उस दिन बूंद को सागर से तुलना करने में क्या अर्थ रहेगा? सागर को सिकोड़ कर बूंद बनाया जा सकता है, बूंद को फैला कर सागर बनाया जा सकता है। व्यक्ति को फैला कर परमात्मा बनाया जा सकता है, परमात्मा को सिकोड़ कर व्यक्ति बनाया जा सकता है। ऐसा हो ही गया है। योग इसे बहुत दिन से कह ही रहा है कि चीजों में सिर्फ फैलाव का अंतर है, और कोई अंतर नहीं है। बड़ा और छोटा सिर्फ फैलाव है। छोटा और बड़ा सिर्फ फैलाव है। यह पांचवां सूत्र है और महत्वपूर्ण है, क्योंकि एक बार यह दृष्टि में साफ आ जाए तो आपकी हीनता कहां टिकेगी? आपकी श्रेष्ठता कहां टिकेगी? कहां रखिएगा? किसलिए बोझ ढोइएगा? उसे आप छिटक कर फेंक देंगे और अपने रास्ते पर चल पड़ेंगे। और उस दिन अगर कोई अकड़ेगा तो भी हंसेंगे और कोई अगर हीन होकर पूंछ हिलाएगा तो भी हंसेंगे। पूंछ हिलाने वाले से कहेंगे कि बेकार मेहनत मत करो। अकड़ने वाले से कहेंगे, नाहक शरीर को दुखाए जा रहे हो, कोई जरूरत नहीं है।

सब चीजें अपने होने में हैं। सब चीजें अपने स्वभाव में हैं। और सब स्वभाव अतुलनीय हैं, तुलना का कोई अर्थ ही नहीं, कोई प्रयोजन ही नहीं। योग का छठवां सूत्रः योग का छठवां सूत्र है कि ऐसा नहीं है कि जो क्षुद्र दिखाई पड़ता है वह और जो विराट दिखाई पड़ता है वह, इनमें विराट दाता हो और क्षुद्र सिर्फ ग्राहक हो, भिखारी हो, ऐसा नहीं है।
छठवां सूत्र है योग काः दान और ग्रहण, भिखारी होना और सम्राट होना, सबके साथ इकट्ठा है। यहां बूंद भी सागर को दान देती है और सागर से दान लेती है। यहां क्षुद्र भी विराट को देता है और यहां विराट भी क्षुद्र में अपने को उंडेलता है। यहां यह देना और लेना बिल्कुल बराबर चल रहा है।
अभी एक फ्रेंच वैज्ञानिक एस्ट्रन ने एक छोटा सा यंत्र बनाया है। और
यह यंत्र योग की दिशा में बड़ा क्रांतिकारी सिद्ध होगा। एस्ट्रन का यह यंत्र व्यक्ति में प्रतिपल अनंत से जो ऊर्जा समाहित हो रही है, उसको रिपोर्ट करता है कि वह कितनी मात्रा में प्रवेश कर रही है। आप खड़े हो जाएं उस यंत्र के पास तो वह यंत्र बताता है कि आपके भीतर चारों ओर ब्रह्मांड से जो शक्ति आ रही है वह किस मात्रा में आ रही है। पूरे वक्त जैसे अनंत-अनंत मार्गों से शक्ति आपके ऊपर गिर रही है और आपके रोएं-रोएं से प्रवेश कर रही है।
बड़े मजे की बात है, जब आप आनंदित होते हैं तो यह शक्ति ज्यादा प्रवेश करती है और जब आप दुखी होते हैं तो कम प्रवेश करती है। यह एस्ट्रन का यंत्र बड़ा कीमती है। अगर आप दुखी हैं तो आपके द्वार-दरवाजे बंद होते हैं, सिकुड़े होते हैं, आपके भीतर शक्ति कम प्रवेश करती है। आपने भी अनुभव किया होगा कि दुख सिकोड़ता है। इसलिए दुखी आदमी कहता है, मुझसे बोलो मत, मुझे छेड़ो मत, मुझे एक कोने में बैठ जाने दो, मुझे सो जाने दो, मुझे मर जाने दो। दरवाजा बंद कर लेता है, अंधेरा कर लेता है। दुखी आदमी सिकुड़ता है, आनंदित आदमी बंटना चाहता है। आनंदित आदमी अकेला हो तो बेचैन होता है, भागता है किसी के पास कि आनंद की खबर दे।
हम सबको पता है कि बुद्ध जब दुखी थे तो जंगल गए और जब आनंदित हुए तो वापस गांव में लौट आए। महावीर जब दुखी थे तो जंगल गए और जब आनंदित हुए तो वापस गांव में लौट आए। कोई पूछे कि दुखी आदमी जंगल क्यों जाता है?
सिकुड़ जाता है, मिलने से भी भय खाता है। आनंदित आदमी नदी की धार की तरह दौड़ता है, सबको बांटना चाहता है। आनंद बंटना चाहता है, आनंद एक शेयरिंग है। बिना बंटे आनंद प्रसन्न नहीं होता। दुख सिकुड़ना चाहता है। इसलिए दुखी आदमी अकेला रह जाता है। आनंदित आदमी को बहुत मित्र मिल जाते हैं। दुखी आदमी आईलैंड बन जाता है। उसके साथ भी कोई खड़ा नहीं होना चाहता। वह भी किसी को खड़ा नहीं करना चाहता। आनंदित आदमी महाद्वीप हो जाता है। दुखी आदमी छोटा सा द्वीप हो जाता है--अपने में बंद और अकेला, आइसोलेटेड।
एस्ट्रन का यंत्र यह बताता है कि जब दुखी आदमी सामने खड़ा होता है तो उसमें विराट की ऊर्जा कम बरसती है। और जब आनंदित आदमी खड़ा होता है तो विराट सब तरफ से उसमें प्रवेश करने लगता है, जैसे बांध टूट गए हों और सब तरफ से ऊर्जा उसमें आने लगी हो।
योग इसे बहुत दिन से कहता है। योग कहता है कि आदमी के भी द्वार-दरवाजे हैं और तुम्हारे हाथ में है कि तुम परमात्मा के लिए अपने दरवाजे खुले रखो कि बंद रखो।
लीबनित्ज हुआ एक बड़ा गणितज्ञ। वह कहता था, आदमी एक मोनोड है। मोनोड उसका शब्द है। और मोनोड का अर्थ है विंडोलेस। ऐसा घर है, जिसमें कोई खिड़की- दरवाजा नहीं है। बंद घर है। और लीबनित्ज कहता था, इस बंद घर में से हाथ भी फैलाओ तो दूसरे तक नहीं पहुंचते, अपने ही मकान की दीवालों को छूते हैं। दूसरे तक कोई पहुंचता ही नहीं। सब आदमी अपने-अपने में बंद हैं।
साधारणतः दुखी आदमी मोनोड होता है। और ऐसा लगता है कि लीबनित्ज दुखी आदमी रहा होगा या जिन लोगों को उसने जाना और सोचा होगा, वे दुखी रहे होंगे। उसने किसी योगी को शायद कभी नहीं देखा। क्योंकि योगी बिल्कुल उलटा आदमी होता है। अगर हम मोनोड के खिलाफ कोई शब्द बनाएं--कोई है तो नहीं शब्द। मोनोड का मतलब हैः विंडोलेस, खिड़की रहित, द्वार रहित। अगर हम योगी के लिए कोई शब्द बनाएं तो कहना पड़ेगाः दीवाल रहित। खिड़की-द्वार तो सवाल ही नहीं

है, पूरे मकान को द्वार बना लेता है। इसलिए दीवालें भी अलग कर देता है, खुले आकाश के नीचे हो जाता है। सब तोड़ देता है, ताकि विराट उसमें सीधा बरसता है। बरसता नहीं, जुड़ ही जाता है। इसलिए योग शांति पर, आनंद पर, मौन पर, स्वास्थ्य पर जोर देता है।
अभी एस्ट्रन का यंत्र बताता है कि जब मौन में आदमी खड़ा होता है, तो ऊर्जा की मात्रा बढ़ जाती है; और जब बोलता है, बात करता है, विचार करता है, तब ऊर्जा की मात्रा कम हो जाती है। जब शांत खड़ा होता है, तो ऊर्जा ज्यादा बरसने लगती है; जब अशांत खड़ा होता है, टेंस होता है, चिंतित होता है, तब ऊर्जा कम आनी शुरू हो जाती है।
मौन या शांति या आनंद, परमात्मा तक पहुंचने के इसीलिए मार्ग समझे योग ने, क्योंकि उनसे आप ज्यादा खुले हो जाते हैं, मोर ओपन। खिड़कियां-दरवाजे सब खुल जाते हैं, धीरे-धीरे गिर जाते हैं, फिर दीवालें भी गिर जाती हैं, फिर आप खुले आकाश के नीचे आ जाते हैं।
एस्ट्रन का यंत्र न केवल इतना ही रिकार्ड करता है कि बाहर से ऊर्जा आ रही है, वह यह भी रिकार्ड करता है कि व्यक्ति से भी प्रतिपल रिस्पांस हो रहा है, व्यक्ति भी प्रतिपल ऊर्जा की तरंगें छोड़ रहा है। हम परमात्मा से ले ही नहीं रहे हैं, हम दे भी रहे हैं। और ऐसा मत समझना कि अगर परमात्मा न होगा तो आप न हो सकेंगे। इससे उलटा भी सच है, अगर आप न होंगे तो परमात्मा भी नहीं हो सकेगा। ऐसा मत सोचना कि सागर सिर्फ बादलों को पानी देता है। ध्यान रखना, बादल नदियों से सब पानी सागर को वापस लौटा देते हैं। सागर देता ही नहीं, लेता भी है। सागर लेता ही नहीं, देता भी है। और नदियां सिर्फ लेती ही नहीं, देती भी हैं। और बादल सिर्फ लेते ही नहीं, देते भी हैं। जहां भी लेना है वहां देना भी है; और समतुल है, लेन-देन बराबर है। अगर यह हिसाब ठीक न हुआ तो भूल होती है और जिंदगी उलझ जाती है।
इसलिए योग के इस छठवें सूत्र को ठीक से समझ लेना जरूरी है।
उस आदमी को मैं योगी कहूंगा, जो जितना लेता है, उतना दे देता है और हिसाब सदा चुकता है। कबीर जब कह सके मरते वक्त कि ज्यों की त्यों रख दीन्हीं चदरिया, तो उसका मतलब है। उसका मतलब हैः लेन-देन सब बराबर है। खाते में न कुछ देना बचा, न कुछ लेना बचा। हिसाब-किताब पूरा हो गया, हम जाते हैं। कोई उधारी नहीं है। ऐसा नहीं कि लिया ही हो और दिया न हो।
हम सारे लोग लेते तो हैं, लेकिन दे नहीं पाते, बांट नहीं पाते। और लेने
तक में कंजूसी कर जाते हैं तो देने में तो कंजूसी करेंगे ही। लेते तक खुले मन से नहीं हैं, वहां भी दरवाजे बंद रखते हैं, पता ही नहीं। और देने में तो बहुत कठिनाई है।
जैसा मैंने कहा, आनंद में ज्यादा मिलता है, वैसे ही आनंद में ज्यादा दिया जाता है। मौन में ज्यादा मिलता है, मौन में ज्यादा दिया जाता है। असल में, जब कोई बिल्कुल शांत, मौन में होता है, तो ऐसे हो जाता है जैसे पहाड़ों पर ईको प्वाइंट होते हैं। आपने आवाज दी और पहाड़ ने लौटा दी। खाली मंदिर में आप बोले, गूंजी आवाज, लौट कर आप पर बरस गई। खाली, मौन, ध्यान को उपलब्ध आदमी में जो भी आता है, तत्काल रिस्पांस, तत्काल प्रतिध्वनित होकर लौट जाता है। वह प्रतिपल ले रहा है और दे रहा है। लेने और देने में फासला भी नहीं है। जैसे लहर सागर के तट पर आई और वापस लौट गई। और सागर का तट सदा ही ऋणमुक्त खड़ा है; जितना लेता है, उतना लौटा देता है; जो भी लेता है, लौटा देता है।
यह जो मैंने कहा, एस्ट्रन के यंत्र में यह भी पकड़ा जाता है कि आपके बाहर कितनी ऊर्जा गिर रही है। आपके बाहर कितनी एनर्जी वेव्स आपके बाहर जा रही हैं।
दुखी आदमी से बहुत कम बाहर जाती हैं, दुखी आदमी अपने को पकड़ कर खड़ा हो जाता है। चिंतित आदमी से बहुत कम बाहर जाती हैं, चिंतित आदमी की शक्ति उसी के भीतर वर्तुल बन जाती है और घूमने लगती है। जैसे पानी में भंवर बन जाते हैं, ऐसा चिंतित आदमी की ऊर्जा भीतर ही भंवर बन कर घूमने लगती है। और वह उन्हीं-उन्हीं बातों को घूम-घूम कर सोचने लगता है जिन्हें हजार बार सोच चुका है। वह जुगाली करने लगता है, जैसे भैंस करती है। खाना खा लिया है, फिर उसे निकाल कर चबाने लगती है, फिर चबाने लगती है, फिर चबाने लगती है। भैंस

के चबाने का तो उपयोग भी है, क्योंकि भैंस इकट्ठा खा लेती है, फिर फुरसत से चबाती रहती है। आदमी, चिंतित आदमी जो चबाता है, उसका चबाना बिल्कुल बेमानी है। उसका कोई अर्थ ही नहीं है। वह एक ही बात को लाख दफे सोचने लगता है। उसका मतलब? उसका मतलब हुआ, उसके भीतर रुग्ण भंवर बन गया। अब उसके बस के बाहर है, वह आब्सेस्ड हो गया। अब वह उसी बात को हजार बार सोच रहा है। और यह भी सोचता है कि मैं क्या बेकार बात सोच रहा हूं! लेकिन सोचे जा रहा है। ऊर्जा ने बाहर जाना बंद कर दिया, वह भीतर ही घूमने लगी। ऐसा आदमी रुग्ण हो जाएगा, आध्यात्मिक अर्थों में रुग्ण हो जाएगा।
ऊर्जा आनी भी चाहिए, जानी भी चाहिए। और भीतर सदा ही समतुल, लेन-देन बराबर होना चाहिए। तो व्यक्ति और परमात्मा के बीच जो संबंध बनते हैं, उनका हिसाब लगाना मुश्किल है। तब सीधे संबंध होते हैं। और तब ऐसा नहीं होता कि व्यक्ति चरणों में होता है, परमात्मा सिर पर होता है। तब ऐसा नहीं होता। तब व्यक्ति परमात्मा हो जाता है, परमात्मा व्यक्ति हो जाता है। तब भगवान भक्त हो जाता है, भक्त भगवान हो जाता है। फर्क-फासले नहीं रह जाते, क्योंकि कोई लेन-देन ही नहीं होता। भगवान भी जोर से नहीं कह सकता, क्योंकि जो लिया था वह दे दिया गया है। कहीं कोई बाकी नहीं रह गई है बात।
दुख में, बेचैनी में, परेशानी में हम देते भी नहीं, लेते भी नहीं, सिकुड़ कर बंद हो जाते हैं और जीवन-स्रोत सूख जाते हैं। ऐसे ही, जैसे कोई कुआं हो और कुआं कह दे कि सागर से अब मैं पानी नहीं लूंगा, झरने बंद करता हूं अपने; और लोगों से कह दे कि अब अपनी गगरियां डालना बंद कर दो, अब मैं दूंगा भी नहीं। स्वभावतः, जो लेना बंद करेगा, वह देना भी बंद करेगा, नहीं तो सूखता जाएगा। और जो देना बंद करेगा, उसे लेना भी बंद करना पड़ेगा, अन्यथा फूट जाएगा, जी नहीं सकता। ये दोनों बातें एक साथ करनी पड़ेंगी।
लेकिन ध्यान रहे, जो कुआं सागर से कह देगा कि नहीं लेता तुझसे और गांव
के लोगों से कह देगा कि नहीं देते तुझे, वह सिर्फ सड़ेगा, गंदा होगा, बदबू फेंकेगा। उसकी ताजगी नष्ट हो जाएगी, उसका जीवन खो जाएगा।
हम सब ऐसे ही कुएं हो गए हैं। योग की दृष्टि से हम सड़ते हुए कुएं हैं; जीवित कुएं नहीं हैं, जो सागर से लेते हैं और सागर को बांट देते हैं वापस। क्योंकि वे जो लोग गगरियां लेकर आ गए हैं, वे सागर के साधन हैं, वे वापस सागर तक पहुंचा देंगे। और कुआं ताजे से ताजा बनता जाएगा।
आश्चर्य की बात है योग का यह कहना कि जो जितना लेगा और जितना देगा, उतना जीवंत, उतना लिविंग होगा। जो जितनी बड़ी मात्रा में लेगा और उतनी ही बड़ी मात्रा में लौटा देगा, वह उतना जीवन-ऊर्जा का केंद्र हो जाएगा। उतनी पुलक, उतनी थिरक, उतना जीवन सघन होकर उसमें प्रकट होगा।
कृष्ण हों, कि बुद्ध हों, कि महावीर हों, कि क्राइस्ट हों, ये सारे लोग
जो इतने विराट जीवन-ऊर्जा से भरे हुए मालूम पड़ते हैं, उसका कारण? उसका एक ही कारण है, लेने की भी कंजूसी नहीं है, देने की भी कंजूसी नहीं है। लेते भी बड़े पैमाने पर हैं, देते भी उतने ही बड़े पैमाने पर हैं।
जीसस का एक वचन आपसे कहूं। और जीसस पृथ्वी पर हुए थोड़े से उन बड़े योगियों में से एक हैं, जिन्होंने कुछ कीमती सूत्र छोड़े।
जीसस का एक वचन हैः जो बचाएगा, उससे छीन लिया जाएगा। जिसके पास थोड़ा है, उससे छीन लिया जाएगा; और जिसके पास बहुत है, उसे बहुत दे दिया जाएगा। बड़ी उलटी बात कहते हैं न! हम कहेंगे, कैसी ज्यादती कर रहे हो! जिसके पास कुछ नहीं है उसे दो। और जिसके पास बहुत कुछ है उसे क्यों देते हो? उसे न दो तो भी चलेगा। लेकिन जीसस किसी और गहरी बात की बात कर रहे हैं। वे यह कह रहे हैं कि जिसके पास जितनी ज्यादा ऊर्जा है उसे उतनी ही ज्यादा दी जाएगी, जिसके पास जितनी कम ऊर्जा है उसे उतनी कम मिलेगी। कम मिलने का कारण यही है कि जिस आदमी के पास कम है, वह आदमी अपने द्वार-दरवाजे बंद किए बैठा है, इसीलिए कम है। उसने देने में कंजूसी की है, इसीलिए लेने में हार गया, थक गया, ले नहीं सकता।
सुनी है मैंने एक कहानी कि गांव में एक आदमी ने किसी किताब में पढ़ा कि रुपया रुपये को खींच लेता है। उसके पास एक रुपया था, गरीब आदमी था। उसने सोचा, अगर रुपया रुपये को खींच लेता है तो ऐसी जगह चलना चाहिए जहां रुपये हों, ताकि अपने रुपये को वहां रखे और वह रुपया रुपये को खींच ले।

वह शहर गया। साहूकार की दुकान पर पहुंचा। सांझ रुपये गिने जा रहे थे,
तो वह बाहर सीढ़ी पर बैठ कर अपने रुपये को बजाने लगा। बड़ी देर तक रुपये को उसने बजाया, लेकिन कोई रुपया खिंच कर आया नहीं। तब उसने सोचा कि दिखता है, दूरी ज्यादा है। तो उसने अपने रुपये को साहूकार की गड्डियों पर फेंका।
फिर थोड़ी देर राह देखी कि रुपया रुपये को लेकर आएगा। लेकिन वह नहीं आया। तो उसने साहूकार से कहा कि गलत थी वह किताब, मेरा रुपया वापस कर दो। साहूकार ने कहा, कौन सी किताब?
उसने कहा, मैंने एक किताब में पढ़ा है कि रुपया रुपये को खींच लेता है।
साहूकार ने कहा, सही थी वह किताब, रुपयों ने रुपये को खींच लिया है, तुम अपने घर जाओ। पागल, एक रुपया इतने रुपयों को खींच सकेगा! सही थी वह किताब, रुपयों ने रुपये को खींच लिया। अब तुम अपने घर जाओ, और कभी भूल कर मत कहना कि किताब गलत थी।
और उस किसान ने फिर कभी किसी से नहीं कहा कि किताब गलत थी, क्योंकि किताब सही ही साबित हुई थी।
जीसस जिस अदभुत नियम की बात कर रहे हैं, वे यह कह रहे हैं कि अगर चाहते
हो कि विराट से भर जाऊं तो विराट के दाता बनो। बांटो, तो मिलेगा; रोका, तो छिन जाएगा। बचाया, तो खो दोगे; खोया, तो पा लोगे। उलटे लगते हैं सूत्र, लेकिन योग उन सूत्रों को कहने का कारण समझता है। कारण है। जितना ही हम अपने को खाली करते हैं, उतना ही हम विराट के लिए स्थान रिक्त करते हैं। जितना ही विराट हम में उतरता है, उतना ही हम खाली करने के आनंद से, लुटाने के आनंद से भरते हैं और उलीचते हैं।
यह छठवां सूत्र यह कहता है कि यहां कोई भी न दाता है अकेला, न ग्राहक
है अकेला। यहां न तो कोई अकेला भिखारी है और न कोई अकेला सम्राट है। और जो आदमी अकेला सम्राट होना चाहे, वह मुश्किल में पड़ेगा। और जो आदमी अकेला भिखारी होना चाहे, वह भी मुश्किल में पड़ेगा। यहां तो भिखारी और सम्राट एक के ही भीतर हैं। एक हाथ से देना है और एक हाथ से लेना है। और हाथ उतना ही ले पाएगा, जितना दूसरे हाथ ने दिया है। और दूसरा हाथ उतना ही दे पाएगा, जितना एक हाथ से लिया गया है।
काश! यह हमारी समझ में आ सके तो हमारी जिंदगी की सारी रूप-रेखा बदल जाए; तब हम चीजों को पकड़ने वाले सिद्ध न हों। क्योंकि जो चीजों को पकड़ लेता है, वह दरिद्र रह जाता है। जो जितने जोर से पकड़ लेता है, उतना दीन रह जाता है। छोड़ने की कला आनी चाहिए, दे देने की कला आनी चाहिए, क्योंकि दे देने की कला ही पा लेने का मार्ग है। जितने हम खाली होंगे, उतने पाने में समर्थ और पात्र हो जाते हैं। जो खाली हैं, वे भर जाएंगे। जो पहले से ही भरे हुए, अपने को पकड़े रोके हुए हैं, वे खाली रह जाएंगे। झीलें भर जाती हैं, पहाड़ खाली रह जाते हैं। पहाड़ों पर भी वर्षा होती है, लेकिन पानी उन पर टिकता नहीं, वे पहले से ही भरे खड़े हैं। झीलें खाली होती हैं, उन पर वर्षा न भी हो तो कोई चिंता नहीं, पहाड़ों का पानी बह कर झीलों में आ जाता है और भर जाता है। झीलें खाली हैं, यह उनका राज है।
खाली होते रहना है सब दृष्टियों से, तो भरते रहेंगे। और सब दृष्टियों
से भरते रहना है, तो खाली होते रहेंगे। ये दोनों एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। और परमात्मा से अगर कोई मांगता ही चला जाए, तो ध्यान रखें, परमात्मा से उसका कोई संबंध नहीं हो सकेगा। हमारे संबंध नहीं हैं, क्योंकि मंदिर हमारे प्रार्थनागृह हैं, वहां सिर्फ हम मांगते हैं, वहां हम याचक होते हैं। हमारी प्रार्थनाएं झूठी हो जाती हैं, क्योंकि हमारी प्रार्थनाएं भिखमंगों की प्रार्थनाएं हैं, जो सिर्फ मांगने के लिए ही जाते हैं। ध्यान रहे, जब भी हम सिर्फ मांगने को जाते हैं, तब हम परमात्मा को कोई मूल्य नहीं दे रहे हैं, जो हमें चाहिए उसी को मूल्य दे रहे हैं।
एक आदमी मेरे पास आया और उसने कहा कि मैं तो पहले परमात्मा में विश्वास नहीं करता था, अब करने लगा हूं। मैंने उससे पूछा, क्या तुम्हारी कोई मांग पूरी हो गई? उसने कहा, आप कैसे पहचाने? तो मैंने कहा, और तो मुझे नहीं दिखाई पड़ता तुम्हारी शक्ल से कि तुमने कोई परमात्मा की थोड़ी सी भी यात्रा की हो। जरूर कोई मांग पूरी हो गई है। उसने कहा कि बिल्कुल, मेरे लड़के की नौकरी नहीं लगती थी। मैंने प्रार्थना की और ठीक अल्टीमेटम दे

दिया भगवान को कि एक महीने के भीतर अगर नौकरी नहीं लगी तो ध्यान रखना, फिर कभी विश्वास न करेंगे। और नौकरी लग गई, अब तो मैं बिल्कुल पक्का विश्वास करता हूं।
इस आदमी को लड़के की नौकरी परमात्मा से ज्यादा कीमती है। अगर इसके लड़के की नौकरी छूट जाए तो परमात्मा भी अनएंप्लायड हो जाएगा, इसकी तरफ। वह भी बेकार हो जाएगा। उसका भी कोई मतलब नहीं रह जाएगा। यह जाकर एक ठोकर मार देगा कि हटो सिंहासन से, बहुत हो गया!
हम परमात्मा के पास सिर्फ प्रार्थनाएं लेकर जाते हैं, मांग।
ध्यान रहे, परमात्मा के पास जो दान लेकर जाता है, उसकी ही प्रार्थनाओं
का अर्थ है। जो परमात्मा के पास देने जाता है, वही जुड़ता है। ऐसा नहीं है कि जो देने जाता है उसे नहीं मिलता। बहुत मिलता है! लेकिन देने वाले को मिलता है। मांगने वाले से तो और पास में हो तो छीन लिया जाता है।
इसलिए जीसस कहते हैं, जिसके पास थोड़ा है, उससे छीन लेंगे।
जैसे ही कोई देने को तैयार हो जाता है, वह पाने का हकदार हो जाता है, क्योंकि देने के लिए हृदय के द्वार खोलने पड़ते हैं। उन्हीं द्वारों से मिलता है। और जो देने में डरता है, उसे दरवाजे बंद रखना पड़ते हैं कि चोर न आ जाएं, भिखारी न आ जाएं, कोई दरवाजे पर मांग न ले, उसे खिड़की-दरवाजे सब बंद रखना पड़ते हैं। घर के भीतर से ही वह मांग करता है कि यह दे, वह दे। दरवाजे बंद हैं, देने अगर परमात्मा दरवाजे पर आए भी, तो वह इस डर से दरवाजे न खोलेगा कि पता नहीं कोई भिखारी आ गया हो, कोई मांगने वाला न आ गया हो।
और मैंने सुना है कि परमात्मा यह मजाक बहुत बार करता है कि भिखारी की शक्ल में द्वार पर आ जाता है। तब पहचान हो जाती है पक्की कि आदमी पाने का पात्र है? क्योंकि जो अभी देने में ही समर्थ नहीं हुआ, वह पाने का पात्र नहीं हो सकता।
स्वभावतः, भगवान आपसे धन नहीं मांग सकता है। स्वभावतः, परमात्मा आपसे मकान नहीं मांग सकता है। क्योंकि मकान आपका नहीं है। आप कल नहीं होंगे और मकान होगा। और धन आप नहीं हैं, आपके हाथ में है आज, कल किसी और के हाथ में होगा। परमात्मा तो एक ही चीज मांग सकता है, आपको मांग सकता है। आप ही एकमात्र मांगने जैसी चीज हो सकते हैं।
इसलिए योग कहता है, जो अपने को देने को तैयार है, वह सब पाने का हकदार
हो जाता है। हम अपने को दे पाएं, हम अपने को छोड़ पाएं, हम कह पाएं कि राजी हूं, मुझे ले ले... ।
विवेकानंद के जीवन में एक छोटा सा स्मरण है। विवेकानंद के पिता चल बसे, तो घर में बहुत गरीबी थी और घर में भोजन भी इतना नहीं था कि मां और बेटा दोनों भोजन कर पाएं। तो विवेकानंद अपनी मां को यह कह कर कि आज किसी मित्र के घर निमंत्रण है, मैं वहां जाता हूं--कोई निमंत्रण नहीं होता था, कोई मित्र भी नहीं थे--सड़कों पर चक्कर लगा कर घर वापस लौट आते थे। अन्यथा भोजन इतना कम है कि मां उनको खिला देगी और खुद भूखी रहेगी। तो भूखे घर लौट आते। हंसते हुए आते कि आज तो बहुत गजब का खाना मिला, क्या चीजें बनी थीं! बस उन्हीं चीजों की चर्चा करते आते, जो कहीं बनी भी नहीं थीं, जो कहीं खाई भी नहीं थीं। भूखे चक्कर लगा कर लौट आए थे, ताकि मां खाना खा ले।
रामकृष्ण को पता चला तो उन्होंने कहा कि तू कैसा पागल है, भगवान से क्यों नहीं कह देता! सब पूरा हो जाएगा। तो विवेकानंद ने कहा कि खाने-पीने की बात भगवान से चलाऊं तो जरा बहुत साधारण बात हो जाएगी। फिर भी रामकृष्ण ने कहा, तू एक दफा कह कर देख! तो विवेकानंद को भीतर भेजा। घंटा बीता, डेढ़ घंटा बीता, वे मंदिर से बाहर आए, बड़े आनंदित थे, नाचते हुए बाहर निकले थे। रामकृष्ण ने कहा, मिल गया न? मांग लिया न? विवेकानंद ने कहा, क्या? रामकृष्ण ने कहा, तुझे मैंने कहा था कि मांग अपनी रख देना। तू इतना आनंदित क्यों आ रहा है? विवेकानंद ने कहा, वह तो मैं भूल ही गया।
ऐसा कई बार हुआ। रामकृष्ण भेजते और विवेकानंद वहां से बाहर आते और वे पूछते तो वे कहते, क्या? तो रामकृष्ण ने कहा, तू पागल तो नहीं है! क्योंकि भीतर जब जाता है तो पक्का वचन देकर जाता है। विवेकानंद कहते कि जब भीतर जाता हूं, तो परमात्मा से भी मांगूं, यह तो ख्याल ही नहीं रह जाता। देने का

मन हो जाता है कि अपने को दे दूं। और जब अपने को देता हूं तो इतना आनंद, इतना आनंद कि फिर कैसी भूख, कैसी प्यास, कौन मांगने वाला, कौन याचक!
नहीं मांग सके। वह संभव नहीं हो सका।
आज तक किसी धार्मिक आदमी ने परमात्मा से कुछ भी नहीं मांगा है। और जिन्होंने मांगा हो, उन्हें ठीक से समझ लेना चाहिए, धर्म से उनका कोई नाता नहीं है। धार्मिक आदमी ने दिया है।
जीसस को सूली लगी। सूली लगने के रात पहले गेथ्सेमनी के बगीचे में उनके मित्रों ने कहा, अपने पिता से, अपने परमात्मा से कह दो! मांग लो जो मांगना है!
जीसस हंसते रहे। फिर सुबह उनको सूली लगने का वक्त भी आ गया। और साथी उनके उनसे बार-बार कहते रहे कि तुम अपने परमात्मा से कह क्यों नहीं देते कि यह मत करवाओ! लेकिन जीसस हंसते रहे। फिर सूली पर वे लटका भी दिए गए। हाथ में खीलियां ठोंक दी गईं। और तब एक क्षण को उनके मुंह से एक आवाज निकली... और वे सूली पर लटक गए। फिर यह सूली नहीं थी, यह परमात्मा की कोट हो गई है। अब वे अपने को दे सके। वे सूली पर लटक गए। सूली पर लटकना प्रतीक बन गया। है भी अदभुत प्रतीक कि जिन्हें परमात्मा तक जाना है, उन्हें अपने को, मैं को बिल्कुल सूली पर लटका कर देने का साहस चाहिए।
लेकिन आदमी बेईमान है, उसकी बेईमानी का कोई अंत नहीं। ईसाई पादरी गले में सोने की सूली लटकाए हुए सारी पृथ्वी पर घूम रहे हैं! कोई पूछे, सूलियां भी सोने की होती हैं? और कोई पूछे कि गला सूलियों पर लटकाया जाता है कि गले में सूलियां लटकाई जाती हैं? लेकिन आदमी धोखेबाज है। जीसस सूली पर लटकाए गए; उनका मानने वाला गले में एक छोटी सी सूली लटका कर घूम रहा है! सूली भी आभूषण बना सकता है, आदमी इतना बेईमान है! देने की बात ही भूल जाता है, मिटने की बात ही भूल जाता है। पाने की, पाने की बात ही भर याद रखता है!
योग कहता है, जिस अनुपात में दिया जाएगा, उसी अनुपात में मिलता है। और
जो दिया जाएगा, वही मिलता है। अगर जीवन दे देंगे तो जीवन मिलेगा, अगर स्वयं को दे देंगे तो स्वयं का होना परिपूर्ण रूप से मिलेगा। अगर अहंकार दे देंगे तो आत्मा मिलेगी। अगर यह ना-कुछ व्यक्तित्व दे देंगे तो परम व्यक्तित्व मिलेगा। अगर यह मरणधर्मा शरीर दे देंगे तो अमृत देह मिलेगी। जो भी दिया जाएगा वह मिलेगा।
और हमारे पास क्या हो सकता है देने योग्य? हमारे पास मरणधर्मा देह है,
एक झूठा अहंकार है, ख्याल है कि मैं कुछ हूं। बस यही चीजें हैं। ये हम दे देंगे। इनको देते से ही, आथेंटिक, सच में जो मेरा होना है, वापस आ जाता है; सच में जो मेरी देह है, अमृतधर्मा, वह मुझे मिले जाती है।
इसलिए योग के छठवें सूत्र को ठीक से ध्यान में रखनाः देना ही पाना है, मिटना ही होना है। क्योंकि यहां बूंद भी सागर को देती है।
लेकिन जब कोई बूंद सागर को देती है, तो कभी देखा? जब बूंद अपने को सागर
को देती है तो सागर बूंद को मिल जाता है, तत्काल बूंद सागर हो जाती है। कबीर ने कहा है--एक बहुत अदभुत वचन कहा है कबीर ने--कहा है कि खोजते- खोजते मैं खो गया और फिर ऐसा हुआ कि "बुंद समानी समुंद में, सो कत हेरी जाई।" और फिर बूंद सागर में गिर गई, अब मैं बूंद को कैसे वापस निकालूं? लेकिन कुछ दिन बाद उन्होंने एक दूसरा वचन भी लिखा। और अपने मित्रों
को कहा कि पहले वचन को छोड़ देना, उसमें कुछ गलती हो गई। पहला वचन थाः "हेरत-हेरत हे सखी, रह्या कबीर हिराई,
बुंद समानी समुंद में, सो कत हेरी जाई।"
फिर दूसरा वचन उन्होंने लिखा कि पहले को काट देना, उसमें गलती हो गई। दूसरे वचन में बात उन्होंने उलट दी, उन्होंने लिखा कि--
"हेरत-हेरत हे सखी, रह्या कबीर हिराई,
समुंद समाना बुंद में, सो कत हेरी जाई।"
कहा कि काट दो वह पहली बात, उसमें कुछ गलती हो गई कि बूंद सागर में गिर गई। अब मैं तुमसे ज्यादा असली बात कहता हूं कि सागर बूंद में गिर गया है। और बूंद सागर में गिरी होती तो निकाल भी लेते, अब सागर बूंद में गिर गया, अब कहां निकालेंगे? अब कैसे निकालेंगे?

जब बूंद सागर में गिरती है तो यह बूंद की तरफ से हमें लगता है कि बूंद सागर में गिर रही है, लेकिन जब गिर जाती है तब बूंद को पता चलता है कि यह तो सागर ही मुझ में गिर गया। जब व्यक्ति अपने को खोता है, तब तक उसे लगता है-- मैं अपने को खो रहा। जैसे ही खोता है, वैसे ही उसे पता चलता है--यह तो परमात्मा का मिलना हो गया। यह तो मैंने खोया नहीं, पाया। दान उपलब्धि बन जाती है, देना मिलना बन जाता है, खोना पाना हो जाता है, मृत्यु जीवन का द्वार हो जाती है।
और यह लेना-देना प्रतिपल चल रहा है। काश, यह समतुल हो सके, जितना हमें मिले उसे हम दे पाएं, तो जीवन परमात्ममय हो जाता है। इसलिए छठवें सूत्र को मैंने जोर देकर आपसे कहा। और धार्मिक व्यक्ति मैं उसको ही कहता हूं जिसकी जिंदगी में यह देना-लेना पूरे वक्त बराबर है।

कितना लिया है सूर्य से, धन्यवाद भी दिया है कभी? आकाश से कितना पाया है, लेकिन कभी आंखें उठा कर अनुग्रह माना? फूलों से कितना उपलब्ध किया है, लेकिन कभी फूलों के पास ठहर कर दो क्षण आभार प्रकट किया है?
नहीं, जहां-जहां से नहीं मिलता वहां-वहां शिकायत करने हम जरूर पहुंच जाते हैं, लेकिन जहां-जहां से मिल रहा है अनंत, वहां धन्यवाद भी नहीं है, देने की तो बात बहुत दूर है।
एक छोटी सी कहानी, और इस बात को मैं पूरा करूंगा। फिर हम अगले सूत्र पर
कल बात करेंगे।
बुद्ध का एक युवा भिक्षु ज्ञान को उपलब्ध हो गया। तो बुद्ध ने उससे कहा कि अब तूने पा लिया, अब तू जा और लोगों को खबर दे उस मार्ग की, उस राह की, उस द्वार की, जहां से तूने प्रवेश किया। जा और लोगों को बता वह मंदिर जहां आनंद के निनाद हो रहे हैं।
उस भिक्षु ने कहा, बस मैं आपकी आज्ञा की प्रतीक्षा करता था। आज ही चल पड़ता हूं। जो मिला है, उसे बांट दूंगा।
बुद्ध ने पूछा, तू जाएगा कहां? किस ओर?
तो उस भिक्षु ने कहा--उस भिक्षु का नाम था पूर्ण--उसने कहा कि मैं बिहार का एक हिस्सा था सूखा, वहां जाऊंगा। वहां अब तक कोई आपकी खबर नहीं ले गया।
तो बुद्ध ने कहा, वहां मत जा। मैं तुझे सलाह नहीं दूंगा। क्योंकि वहां
के लोग अच्छे नहीं हैं। इसीलिए तो वहां कोई अब तक गया नहीं।
तो उस पूर्ण ने कहा कि जहां लोग अच्छे हैं, वहां मेरे जाने की जरूरत ही क्या है! मुझे वहीं जाने की आज्ञा दें।
तो बुद्ध ने कहा, मैं तुझसे तीन सवाल पूछ लूं, फिर तू जा सकेगा। पहला सवाल यह पूछता हूं कि वहां के लोग दुष्ट हैं, कठोर हैं, गंवार हैं। वे तुझे गालियां देंगे तो तेरे मन को क्या होगा?
तो पूर्ण ने कहा, आप भलीभांति जानते हैं कि मेरे मन को क्या होगा। वही,
जो आपके मन को होगा। मेरे मन को यही होगा कि कितने भले लोग हैं, सिर्फ गालियां देते हैं, मारते नहीं हैं। मार भी सकते थे!
तो बुद्ध ने कहा, पूर्ण, समझ कि वे तुझे मारें भी, क्योंकि वे लोग बहुत बुरे हैं, मारेंगे भी। तो वे जब तुझे मारेंगे तब तेरे मन को क्या होगा?
तो पूर्ण ने कहा, वही, जो आपके मन को होगा। धन्यवाद दूंगा कि कृपा है प्रभु की कि अच्छे लोगों में आ गया, सिर्फ मारते ही हैं, मार ही नहीं डालते हैं। मार भी डाल सकते थे!
तो बुद्ध ने कहा, बस आखिरी सवाल और पूर्ण, कि अगर वे मार ही डालें, तो मरते क्षण में आखिरी ख्याल क्या होगा?
तो पूर्ण ने कहा, आप व्यर्थ ही पूछते हैं। जानते हैं भलीभांति; वही, जो आपको होगा। मरते क्षण में हाथ जोड़ कर धन्यवाद देकर जा सकूंगा, अच्छे लोग हैं, उस जीवन से छुटकारा दिला दिया जिसमें कोई भूल-चूक हो सकती थी।
उस पूर्ण ने कहा कि अगर जिंदा रहता तो कोई भूल-चूक हो सकती थी, अच्छे लोग हैं, जीवन से छुटकारा दिला दिया। तो धन्यवाद देता हुआ जा सकूंगा।

तो बुद्ध ने कहा, तू धार्मिक आदमी हो गया, अब तू कहीं भी जा सकता है। अब तेरे लिए सारी पृथ्वी स्वर्ग है, और सब घर मंदिर हैं, और हर आंख परमात्मा की आंख है।
योग ऐसी दृष्टि के आधार रखता है।
और सूत्रों पर कल आपसे बात करूंगा।
कुछ सवाल आए हैं, कुछ सवाल और कल आ जाएंगे, तो अंत में सारे सवालों को इकट्ठा ही ले लेंगे।
मेरी बातों को इतने प्रेम से सुना, उससे अनुगृहीत हूं। सुबह के लिए दो सूचनाएं आपको दे दूं। जो मित्र ध्यान करने आना चाहते हों--ध्यान रखें, करने आना चाहते हों--वे ही सुबह आएं। देखने न आएं। देखने से कुछ पता नहीं चलेगा, करने से ही पता चल सकता है। और देखने से करने वालों को बाधा पड़ती है। जो आते हैं वे स्नान करके आएं और चुपचाप आकर यहां बैठ जाएं, जरा भी शब्द का उपयोग न करें, ताकि यहां का वातावरण ध्यान में जाने के लिए सहयोगी और मित्र बन सके।
मेरी बातें इतने प्रेम से सुनीं, उससे अनुगृहीत हूं। और अंत में सबके भीतर बैठे प्रभु को प्रणाम करता हूं, मेरे प्रणाम स्वीकार करें।

योग: नये आयाम
तीसरा प्रवचन

प्रेम का केंद्र

मे रे प्रिय आत्मन्!
एक सूत्र मैंने आपसे कहाः जीवन ऊर्जा है और ऊर्जा के दो आयाम हैं-- अस्तित्व और अनस्तित्व। और फिर दूसरे सूत्र में कहा कि अस्तित्व के भी दो आयाम हैं--अचेतन और चेतन। सातवें सूत्र में चेतन के भी दो आयाम हैं--स्व चेतन, सेल्फ कांशस और स्व अचेतन, सेल्फ अनकांशस। ऐसी चेतना जिसे पता है अपने होने का और ऐसी चेतना जिसे पता नहीं है अपने होने का।
जीवन को यदि हम एक विराट वृक्ष की तरह समझें, तो जीवन-ऊर्जा एक है-- वृक्ष की पींड़। फिर दो शाखाएं टूट जाती हैं--अस्तित्व और अनस्तित्व की, एक्झिस्टेंस और नॉन-एक्झिस्टेंस की। अनस्तित्व को हमने छोड़ दिया, उसकी बात नहीं की, क्योंकि उसका योग से कोई संबंध नहीं है। फिर अस्तित्व की शाखा भी दो हिस्सों में टूट जाती है--चेतन और अचेतन। अचेतन की शाखा को हमने अभी चर्चा के बाहर छोड़ दिया, उससे भी योग का कोई संबंध नहीं है। फिर चेतन की शाखा भी दो हिस्सों में टूट जाती है--स्व चेतन और स्व अचेतन। सातवें सूत्र में इस भेद को समझने की कोशिश सबसे ज्यादा उपयोगी है। अब तक जो मैंने कहा है, वह आज जो सातवां सूत्र आपसे कहूंगा, उसके समझने के लिए भूमिका थी। सातवें सूत्र से योग की साधना प्रक्रिया शुरू होती है। इसलिए इस सूत्र को ठीक से समझ लेना उपयोगी है।
पौधे हैं, पक्षी हैं, पशु हैं। वे सब चेतन हैं, लेकिन स्वयं की चेतना उन्हें नहीं है। चेतन हैं, फिर भी अचेतन हैं। हैं, जीवन है, चेतना है, लेकिन स्वयं के होने का बोध नहीं है। आदमी है, वह भी वैसे ही है, जैसे पशु हैं, पक्षी हैं, पौधे हैं, लेकिन उसे स्वयं के होने का बोध है। उसकी चेतना में एक नया आयाम और जुड़ जाता है--वह स्व चेतन भी है। उसे यह भी पता है कि मैं चेतन हूं। अकेला चेतन होना काफी नहीं है मनुष्य होने के लिए। मनुष्य होने की यह भी शर्त है कि मुझे यह भी पता है कि मैं चेतन हूं। इतना ही फर्क मनुष्य और पशु में है। पशु भी चेतन है, लेकिन स्वयं बोध नहीं उसे कि मैं चेतन हूं। मनुष्य को यह बोध है कि मैं स्वयं चेतन हूं।
लेकिन मनुष्य भी चौबीस घंटे इस बोध में नहीं होता है। मां के पेट में उसे कोई बोध नहीं होता कि मैं हूं। अगर आप स्मरण करेंगे अतीत का, तो आप ज्यादा से ज्यादा पांच वर्ष या चार वर्ष की उम्र तक की याद कर पाएंगे, उसके बाद अंधेरा छा जाएगा। चार वर्ष के जब आप थे, उसके पीछे फिर अंधेरा छा जाता है। चार वर्ष की उम्र तक आप थे तो जरूर, लेकिन ऐसा प्रतीत होता है कि स्व चेतन नहीं थे। इसलिए छोटे बच्चे और पशुओं में एक सी सरलता दिखाई पड़ती है। तनाव भी नहीं है। छोटे बच्चे और पक्षियों और पौधों में एक सी सहजता दिखाई पड़ती है। चार वर्ष तक शायद हमें भी बोध नहीं था कि हम हैं।
फिर रोज रात आठ घंटे फिर बेहोशी में चले जाते हैं। अगर एक आदमी साठ साल जीए तो बीस साल सोता है। बीस साल जिंदगी के सिर्फ बेहोशी में ही होते हैं। वहां भी आप चेतन नहीं होते हैं। यह जान कर आपको हैरानी होगी कि कितनी बार सो चुके हैं आप, लेकिन आप बता सकते हैं कि नींद किस भांति आती है? कब आती है? क्या है?
नहीं बता सकते। जब तक जागते रहते हैं रात में तब तक तो नींद आई नहीं होती और जब नींद आ गई होती है तब आप बेहोश हो गए होते हैं। नींद सदा आपको बेहोश ही पाती है। सुबह जब नींद जाती है तब तक आप बेहोश होते हैं, जब चली जाती है तब होश आता है। इसलिए जो आप कहते हैं कि रात मैं आठ घंटे सोया, इसका यह मतलब नहीं होता कि आपको पता है कि आप आठ घंटे सोए। इसका कुल इतना मतलब होता है कि आपके रात जागने के आखिरी क्षण और सुबह जागने के आखिरी क्षण में आठ घंटे का फासला है, गैप है। उससे आप हिसाब रखते हैं। अन्यथा नींद में आप फिर पशुओं, पौधों के जगत में वापस चले गए।
शेष दिन में जब आपको लगता है कि आप होश से भरे हुए हैं, तब भी आप होश से भरे हुए कभी-कभी होते हैं। रास्ते पर किसी दिन खड़े हो जाएं और राह चलते

लोगों को देखें। तो आपको ऐसा लगेगा, उसमें बहुत से लोग नींद में चले जा रहे हैं। कोई किसी से बातें कर रहा है--उससे जो कि साथ है ही नहीं! कोई हाथ हिला रहा है! कोई होंठ हिला रहा है! वे किससे बातें कर रहे हैं? वे किसी सपने में हैं? जागे हैं? साथ तो कोई दिखाई नहीं पड़ता। यह चर्चा किससे चल रही है? अगर अपने प्रति भी ख्याल रखेंगे तो आप पाएंगे कि जब आप जागे होते हैं
तब भी पूरे समय होश में नहीं होते, होश कभी-कभी ही आता है। जैसे कोई आपकी छाती पर एकदम से छुरा रख दे, तो उस क्षण में आप में सेल्फ अवेयरनेस होती है, उस क्षण में आप होश से भर जाते हैं, अन्यथा नहीं।
एक दो-तीन उदाहरण से समझने की कोशिश करें। ये दोनों मकानों की छतें हैं। इन दोनों मकानों की छतों पर एक फीट चौड़ी लकड़ी की पट्टी रख दी जाए और आपसे कहा जाए कि चल कर पार कर जाएं! तो आप में से शायद ही कोई चलने को राजी होगा। उसी पट्टी को हम जमीन पर रख दें और आपसे कहें कि इसको चल कर पार हो जाएं! आप में बूढ़े, बच्चे, स्त्रियां, सभी पार हो जाएंगे और शायद ही कोई गिरे। पट्टी वही है, आप भी वही हैं। दो छतों के ऊपर रख दी है, आप चलने से इनकार क्यों कर रहे हैं? और जब जमीन पर इतने लोग चले और एक भी नहीं गिरा, तो अभी भी गिरने की संभावना कहां है? लेकिन दिक्कत क्या आ रही है?
कठिनाई बहुत दूसरी है। कठिनाई यह है कि जमीन पर चलते वक्त होश में होने की कोई जरूरत नहीं है, आप बेहोश चल सकते हैं। लेकिन उतनी बड़ी छत पार करने में होश रखना पड़ेगा। और होश तो अपने पास नहीं है, इसलिए बेहोशी में अगर गिर गए तो जान गई। जमीन पर बेहोशी में गिरे भी तो कहीं जान जाने वाली नहीं है।
खतरे के क्षण में कभी-कभी होश होता है, बाकी तौर पर हम सोए होते हैं।
जब मौत निकट होती है तो होश होता है। जब खतरा करीब होता है, डेंजर करीब होता है, तो होश होता है। ऐसे हम होश में नहीं होते। इसलिए हम अपनी आदतें नहीं बदलना चाहते, क्योंकि आदतें बदलें तो होश लाना पड़ता है। पुरानी आदतें बेहोशी से चल जाती हैं।
एक आदमी को देखें, वह किस भांति सिगरेट खीसे से निकालता है, मुंह से लगाता है, माचिस जलाता है। अगर गौर से देखें तो आप पाएंगे कि जैसे वह बिल्कुल बेहोश, नींद में ये सब काम कर रहा है--कब उसने सिगरेट निकाल ली है, कब उसने माचिस जला ली है, कब उसने धुआं निकालना शुरू कर दिया है।
अगर दुनिया बहुत होश से भरी हो तो इतने नासमझ आदमी खोजने बहुत मुश्किल होंगे, जो कि धुएं को भीतर करने और बाहर करने का काम घंटों करते हों। सिर्फ धुएं को बाहर और भीतर करने के काम को घंटों करने वाले आदमी खोजना बहुत मुश्किल हो जाएगा। और किसी से आप कहेंगे भी तो वह कहेगा, मैं कोई पागल तो नहीं हूं जो धुएं को बाहर और भीतर करूं!
न केवल धुएं को बाहर और भीतर किया जा रहा है, सारी दुनिया चिल्लाती है, समझाती है कि नुकसान है, उम्र कम होगी, बीमारी होगी। बेहोश कान कुछ सुनते ही नहीं।
अमेरिका ने पीछे तय किया कि हर सिगरेट के पैकेट पर लाल स्याही में बड़े अक्षरों में लिखा होना चाहिएः दिस इ.ज हार्मफुल टु हेल्थ, यह हानिकर है स्वास्थ्य के लिए। सिगरेट के दुकानदारों ने, मालिकों ने, फैक्ट्री के बनाने वालों ने बड़ा शोरगुल मचाया कि हमें करोड़ों का नुकसान हो जाएगा।
जब मैंने यह सब पढ़ा तो मैंने कहा कि उन सिगरेट बनाने वालों को पता नहीं है कि लोग इतने बेहोश हैं कि लाल स्याही से लिखा हुआ कितने दिन तक पढ़ेंगे?
और यही हुआ। छह महीने तक सिगरेट की बिक्री कम हुई, छह महीने के बाद फिर उतनी की उतनी हो गई। अब वह लाल स्याही से लिखा हुआ है पैकेट पर, मगर पढ़ने वाला भी तो मौजूद होना चाहिए। एक-दो दफे पढ़ लिया, फिर सो गए। अब वह सिगरेट का पैकेट आता है, उसमें सब लिखा है, कोई पढ़ता ही नहीं है उसको। सिगरेट की बिक्री फिर अपनी जगह आ गई।
क्या लाल स्याही से किसी चीज पर लिखा हो कि यह जहर है, पीना खतरनाक है, होशपूर्वक आदमी कोई पीएगा? मुश्किल है। सब चीजों पर साफ है कि जहर क्या है। सब चीजों पर साफ है कि बुरा क्या है। कितनी दफे आपने तय किया है कि अब

क्रोध नहीं करेंगे! कितनी दफे तय किया है और कितनी दफे पूरा हुआ? एक भी बार पूरा नहीं हुआ। नहीं तो फिर दुबारा तय करने की जरूरत न पड़ती।
मैं एक घर में मेहमान था। उस घर के बूढ़े ने मुझे कहा कि मैंने ब्रह्मचर्य का तीन बार व्रत लिया है। मैं बहुत हैरान हुआ। ब्रह्मचर्य का और तीन बार व्रत लिया कैसे होगा? मैंने उनसे पूछा कि फिर चौथी बार क्यों नहीं लिया? उस बूढ़े आदमी ने कहा कि तीन बार लेकर मैंने अनुभव किया कि यह पूरा नहीं हो सकता है, इसलिए चौथी बार नहीं लिया। ऐसा नहीं कि तीसरी बार पूरा हो गया।
रोज आप क्रोध करते हैं, रोज कसम खाते हैं। फिर कल क्या होता है? जब क्रोध आता है तो कसम का भी पता नहीं होता, क्योंकि आपका ही पता नहीं होता कि आप कहां हैं! जिसने कसम खाई थी, वह सोया हुआ है।
सांझ को एक आदमी निर्णय करके सोता है कि सुबह चार बजे उठना है, चाहे कुछ भी हो जाए अब तो कल से उठना ही है। सुबह वही आदमी चार बजे बिस्तर में करवट लेकर--अलार्म बजता रहता है--और कहता है, छोड़ो भी, आज नहीं कल देखेंगे। सात बजे उठ कर वही आदमी फिर पछताता है और कहता है, यह कैसे हुआ? मैंने चार बजे उठने की पक्की कसम खाई थी।
लेकिन जिसने कसम खाई थी, वह सोया हुआ है। सुबह सात बजे फिर कसम खा लेंगे, कल चार बजे फिर धोखा होगा। जिंदगी भर ऐसे ही नींद में बीतती है। अगर हम अपने कृत्यों को देखें तो हम यह न कह सकेंगे कि ये हमने किए हैं। क्योंकि यदि हमने किए होते तो इनमें से बहुत से तो किए ही नहीं जा सकते थे। दुनिया भर की अदालतों को पता है कि सैकड़ों अपराधियों ने अदालतों में
यह कहा है कि हमने यह खून नहीं किया, हमने यह चोरी नहीं की है। लेकिन मजिस्ट्रेट झूठा मानता है, अदालत झूठा मानती है, क्योंकि गवाह हैं, प्रमाण हैं, चोरी हुई है। लेकिन मैं आपसे कहता हूं कि वे अपराधी झूठ नहीं कह रहे हैं। जब उन्होंने चोरी की, तब वे होश में नहीं थे। जब उन्होंने हत्या की, तब वे होश में नहीं थे। होशपूर्वक हत्या करना बहुत मुश्किल है। होशपूर्वक चोरी करना बहुत मुश्किल है।
मेरी दृष्टि में और योग की दृष्टि में, पुण्य मैं उसे कहता हूं जिस काम को होशपूर्वक किया जा सके। पाप उसे कहता हूं जिसे करने की अनिवार्य शर्त बेहोशी है। पाप का मतलब है, ऐसा काम जिसे बिना बेहोश हुए नहीं किया जा सकता। बेहोश होंगे तो ही कर सकते हैं। अनिवार्य शर्त है बेहोशी होना। इसलिए जब हम कभी कहते हैं किसी आदमी से कि उस आदमी का काम पशुओं जैसा है, तो इसका यह मतलब नहीं होता कि पशु ऐसे काम करते हैं। आदमियों जैसे काम कोई पशु नहीं करते। नहीं लेकिन पशुओं जैसे का मतलब बहुत दूसरा है। उसका मतलब यह है कि जिस भांति पशु सेल्फ अनकांशस हैं, जैसे उन्हें स्वयं का पता नहीं, ऐसे ही इस आदमी को भी स्वयं का पता नहीं है। यह काम पशुओं जैसा इस अर्थ में है। अन्यथा किसी कुत्ते ने हिटलर जैसा काम नहीं किया और न किसी सांप ने चंगीज खां का काम किया है। किस पशु ने ऐसी बुराइयां की हैं जैसी आदमी नाम के पशु ने की हैं? नहीं, किसी पशु ने नहीं की हैं। पशु जैसे का सिर्फ एक ही अर्थ है कि मानसिक तल पर यह आदमी स्व को भूल कर यह काम कर रहा है, बेहोश है, यह होश में नहीं है।
इसलिए छोटे बच्चों को, सात साल के नीचे तक के बच्चों को अदालत अपराधी दंड देने के लिए राजी नहीं होती, क्योंकि हम मानते हैं कि बच्चे को अभी होश नहीं आया। लेकिन सत्तर साल के बूढ़े को आ जाता है, इसके लिए अदालत पक्की गारंटी दे सकती है? सत्तर साल के बूढ़े को भी नहीं आ जाता, हम मान कर चलते हैं कि आ गया है। क्योंकि अगर हम सत्तर साल के बूढ़े आदमी के भी कृत्य देखें तो पता चलेगा, नींद में चल रहे हैं, बेहोशी में चल रहे हैं।
सत्तर साल की जिंदगी में अगर कोई आदमी सात मिनट के लिए भी होश से भर जाता हो तो यह काफी बड़ी मात्रा है। सात मिनट भी अगर किसी आदमी की सत्तर साल की जिंदगी में कांशसनेस के क्षण हों, तो ये पर्याप्त हैं उस आदमी को महावीर, बुद्ध और कृष्ण और क्राइस्ट बना देने के लिए।
लेकिन इतने क्षण भी नहीं होते। हम जीए चले जाते हैं बेहोश!
लेकिन मैंने कहा कि आदमी शुरू ही उस दिन होता है, जिस दिन सेल्फ कांशसनेस, स्व चेतना शुरू होती है। तो हम सिर्फ आदमी की संभावना हैं, आदमी

नहीं। हम सिर्फ आदमी होने का अवसर हैं, आदमी नहीं। हम सिर्फ बीज रूप से संभव हैं कि हम स्व चेतन हो सकते हैं, लेकिन हो नहीं गए हैं।
इसीलिए हमारी कठिनाई रही सदा कि बुद्ध या महावीर जैसा आदमी हो, तो हम उनको आदमी कैसे कहें? तो हम उनको भगवान कहते हैं। भगवान कहने का कुल कारण इतना है कि हम अपने को आदमी कहते हैं, जो कि हम आदमी ठीक अर्थों में नहीं हैं। तो अब उनको हम कहां रखें? अगर आदमी ही कहें तो हमारे साथ रखना पड़े। हम एक नई कैटेगरी खोजते हैं भगवान की। अच्छा यह होता कि उनको हम आदमी कहें और अपने को सब-ह्यूमन, उप-आदमी कहें। अभी आदमी होने की तरफ हैं, अभी आदमी हो नहीं गए। यही उचित है। यही सही है।
लेकिन हमारी जिंदगी में भी कभी-कभी एकाध क्षण को हम चेतन हो जाते हैं।
वे क्षण ही हमारी जिंदगी के आनंद के क्षण हैं। जिन क्षणों में हम स्व चेतन हो जाते हैं, वे क्षण ही हमारी जिंदगी के आनंद के क्षण हैं। क्योंकि वे क्षण ही हमें हमारे स्वरूप की एक झलक--एक बिजली कौंध जाती हो जैसे--ऐसी झलक दिखा जाते हैं।
योग चेतना को इन दो हिस्सों में बांटता है--स्व चेतन और स्व अचेतन। जो अचेतन हैं स्व की दृष्टि से, वे तो स्व अचेतन हैं ही। हम जिन्हें कि स्व चेतन होना चाहिए, हम भी बहुत हिस्सों में पशुओं के साथ हैं, बहुत हिस्सों में पौधों के साथ हैं, बहुत हिस्सों में पत्थरों के साथ हैं। थोड़ा सा हिस्सा हमारा आदमी हुआ है, बहुत थोड़ा सा हिस्सा। जैसे कि बर्फ के एक टुकड़े को हम पानी में डाल दें तो जरा सा हिस्सा बाहर निकला रहता है, दसवां हिस्सा। और नौ हिस्से नीचे डूबे रहते हैं। हम ऐसे ही हैं। हमारे नौ हिस्से तो नीचे डूबे हैं अभी अंधेरे में, एक हिस्सा थोड़ा सा सतह के ऊपर आकर आदमी हुआ है।
इसलिए आदमी की बेचैनी बहुत ज्यादा है, पशु बेचैन नहीं है। कोई पशु आत्मघात नहीं करता, स्युसाइड नहीं करता। जिस दिन कोई पशु स्युसाइड कर ले, उस दिन समझ लेना कि अब बहुत दिन तक वह पशु पशु नहीं रहेगा, उसने आदमी होना शुरू कर दिया। कोई पशु आत्महत्या नहीं करता। इतनी चिंता ही नहीं पैदा होती कि आत्महत्या की जा सके। कोई पशु हंसता नहीं, आदमी को छोड़ कर। अगर रास्ते पर भैंस हंसती हुई मिल जाए तो आप फिर दुबारा उस रास्ते से नहीं निकलेंगे। कोई पशु हंसता नहीं। बात क्या है?
कोई पशु इतना दुखी नहीं है कि हंस कर अपने दुख को भुलाए। हंसी दुख को भुलाने की व्यवस्था है।
इसलिए दुनिया में जितना दुख बढ़ता जाता है, उतना हमें मनोरंजन के साधन खोजने पड़ते हैं। सिनेमा है, टेलीविजन है, रेडियो है, नाच है, गीत है। और वे सब चुक जाते हैं और आदमी कहता है, और नया लाओ, क्योंकि अब बहुत ऊब गए इनसे। इस समय सारी दुनिया की पचास प्रतिशत ताकत मनुष्य को मनोरंजन के साधन देने में लग रही है। और इस वक्त जो आदमी को मनोरंजन दे पाता है वह सर्वाधिक महत्वपूर्ण हो गया है, जैसे अभिनेता। उनके महत्वपूर्ण होने का और कोई कारण नहीं है। वे आपको थोड़ी देर तक मनोरंजन दे पाते हैं। इतने दुखी हैं आप कि कोई आपको थोड़ा सा भी मनोरंजन दे पाए तो महत्वपूर्ण हो जाता है।
कोई पशु हंसता नहीं, क्योंकि कोई पशु इतने दुख में नहीं है कि हंसी की जरूरत हो। हंसी जो है वह सेफ्टी वाल्व है। जैसे कि कोई भी भाप का यंत्र हो तो उसमें सेफ्टी वाल्व लगाना होता है, कि भाप ज्यादा हो जाए तो वाल्व टूट जाए और भाप बाहर निकल जाए, अन्यथा सबकी जान खतरे में हो जाएगी। तो हंसी जो है, आदमी का सेफ्टी वाल्व है। जब भीतर बहुत तकलीफ इकट्ठी हो जाए तो उसके रिलीफ के लिए, उससे मुक्त होने के लिए हंसी है। इसलिए कोई पशु हंसता नहीं है, क्योंकि इतना तनाव, इतनी एंग्जाइटी, इतनी चिंता नहीं है।
आदमी की चिंता क्या है?
आदमी की चिंता यह है कि उसका एक हिस्सा तो स्व चेतन हो गया है और बाकी बड़ा हिस्सा अचेतना में पड़ा हुआ है। आदमी की तकलीफ वही है जो नरसिंह अवतार की तकलीफ रही होगी, कि आधा हिस्सा जानवर का है और आधा हिस्सा आदमी का हो गया है। नरसिंह जिस मुसीबत में पड़े होंगे, उसी मुसीबत में हम सब हैं।
तो लोग मुझसे पूछते हैं कि नरसिंह अवतार हो कैसे सकता है?

मैं उनसे कहता हूं कि सभी आदमी नरसिंह के अवतार हैं। और आधा ही आधा बंटवारा होता तो भी एक बैलेंस, एक संतुलन हो जाता। जरा सी खोपड़ी का बहुत छोटा सा हिस्सा--पूरी खोपड़ी भी नहीं--आदमी हो गई है, बाकी सारा का सारा हिस्सा पशु का है। सारी जिंदगी पशु की है, अचेतन की है। जरा सा कोना बुद्धि का--पूरा मन भी नहीं--बुद्धि का जरा सा कोना! जैसा बड़ा घर अंधकार है, बस एक दीया एक कोने में जल रहा है, उसी कोने के दीये में हम जिंदगी बिता रहे हैं। वह भी पूरे वक्त नहीं जलता, वह भी नींद में बुझ जाता है। और अगर नहीं बुझता किन्हीं का, तो आदमी शराब पीकर बुझा लेता है, हजार तरह के नशे करके बुझा लेता है।
शराब पीने में इसीलिए राहत मिलती है कि आपका जो हिस्सा थोड़ा सा बेचैनी डालता था, आदमी हो गया था, वह भी नीचे गिर जाता है। बर्फ का पूरा टुकड़ा पानी में डूब जाता है। अब आप भी पशु की दुनिया में हो गए, अब कोई चिंता नहीं है।
इसलिए नींद राहत देती है, क्योंकि नींद में फिर आप शत प्रतिशत नीचे डूब गए। इसलिए सुबह आप ताजे उठते हैं। अब आप पशु की दुनिया से फिर वापस लौट रहे हैं, जहां कोई चिंता न थी, जहां कोई परेशानी न थी। फिर आदमी की दुनिया शुरू होती है। चौबीस घंटे यह हो रहा है।
तो जब मैं कहता हूं कि आदमी स्व अचेतन है, तो मेरा मतलब इतना है कि स्व अचेतन होने की संभावना है। आदमी के साथ थोड़ा सा हिस्सा स्व चेतन हुआ है। योग कहता है, अगर पूरा स्व चेतन हो जाए तो आदमी ध्यान को उपलब्ध हो जाता है। अगर उसके सब अंधेरे हिस्से प्रकाश से भर जाएं तो आदमी समाधि को उपलब्ध हो जाता है।
स्व ज्ञान, सेल्फ नालेज तभी होगी, जब मेरा पूरा का पूरा भवन मेरे जीवन
का प्रकाश से भर जाए। यह एक छोटी सी दीये की बत्ती से काम नहीं चलेगा। यह पूरे घर में सूर्य का प्रकाश चाहिए। इसका कोना-कोना उजाले से भर जाए। अन्यथा मैं सदा ही टूटा रहूंगा दो हिस्सों में। वह जो हिस्सा है उजाले से भरा, वह निर्णय करेगा कि मैं घर में सांप न आने दूंगा। लेकिन उस अंधेरे के बाबत क्या निर्णय करेगा, वहां सांप निवास कर ही रहे हैं! और थोड़ी-बहुत देर में सांप सरक कर जब रोशनी में आ जाएंगे दीये की, तब हम चिल्ला कर कहेंगे कि मेरा व्रत टूट गया! मैंने तो कसम खाई थी कि घर में सांप न आने देंगे!
जब आप कसम खाते हैं कि मैं अब क्रोध न करूंगा, तो आप उस छोटे से हिस्से में कसम खा रहे हैं जो प्रकाशित है; और आप बाकी अंधेरे नौ हिस्सों के बाबत फिकर ही छोड़े बैठे हैं--जो अंधेरे में डूबे हैं, जहां क्रोध अभी तैयार हो रहा है, ढल रहा है। जब आप कसम खा रहे हैं तब आपके भीतर किसी कोने में क्रोध तैयार हो रहा है। और आपका पूरा भीतरी हिस्सा हैरान होता होगा कि आप क्या कसमें खा रहे हैं!
यह ऐसा ही है जैसे घर के बाहर बैठा हुआ चपरासी, जिसे पूरे घर का कोई भी पता नहीं है, भवन के संबंध में निर्णय लेता रहे। उसे कुछ भी पता नहीं कि भीतर क्या हो रहा है। अंधेरे हिस्सों में सब तैयारियां चल रही हैं।
आपने ब्रह्मचर्य की कसम खा ली है, लेकिन आपके सेक्स सेंटर सब अंधेरे में डूबे हुए हैं, वहां तक आपकी बुद्धि की कोई रोशनी नहीं गई है। तो आपने खोपड़ी के एक कोने में तय कर लिया कि ब्रह्मचर्य की कसम खाता हूं, लेकिन आपके सेक्स केंद्र को पता ही नहीं चलता इस कसम का कि आपने कोई कसम खाई है। वे अपना काम जारी किए चले जाते हैं। वहां से सेक्स उठेगा, वह आपकी बुद्धि- वुद्धि को, सबको दबा डालेगा; क्योंकि वह नौ गुना ताकतवर है और बुद्धि सिर्फ एक हिस्सा है। तब आप रोएंगे, चिल्लाएंगे, फिर कसम खाएंगे। लेकिन कभी न समझ पाएंगे कि कसमें बेकार हैं। असली सवाल यह नहीं है कि आप इस छोटे से हिस्से से कसमें खाएं, असली सवाल यह है कि इस छोटे हिस्से को बड़ा करें और पूरा व्यक्तित्व आपका चेतन हो जाए। फिर कसम खाने की जरूरत न होगी।
इसलिए मैं आपसे कहता हूं, योग किसी को कसम खाने के लिए नहीं कहता, व्रत
के लिए नहीं कहता। सिर्फ अज्ञानियों के सिवाय दुनिया में व्रत किसी ने भी नहीं लिए हैं। व्रत का कोई अर्थ ही नहीं है। असली सवाल दूसरा है, असली सवाल यह है कि आपका पूरा का पूरा व्यक्तित्व रोशन हो जाए, फिर व्रत की जरूरत न पड़ेगी।

लेकिन हम व्रत लिए चले जाएंगे! किसके खिलाफ लेते हैं व्रत? अपने ही अंधेरे हिस्से के खिलाफ कसमें खाते हैं। और उस अंधेरे हिस्से में आपकी कोई भी गति नहीं है, आपकी कोई पहुंच नहीं है। आपके सारे निर्णय खोपड़ी के एक कोने में बैठे रहते हैं। पूरी खोपड़ी भी रोशन नहीं है।
अभी वैज्ञानिक इस बात से राजी होते हैं। योग की यह दृष्टि कि अभी मनुष्य का पूरा मस्तिष्क भी चेतन नहीं है, अब विज्ञान इसको सहमति देता है। इसलिए मैं बार-बार दोहरा रहा हूं कि योग विज्ञान है, क्योंकि प्रतिदिन विज्ञान जितनी खोजें करता है, उससे योग की अनुभूतियां और योग की अंतर्दृष्टियां प्रमाणित होती चली जाती हैं।
अब वैज्ञानिक कहते हैं कि आदमी की आधी से ज्यादा खोपड़ी बिल्कुल निष्क्रिय पड़ी है, उसमें कोई काम ही नहीं होता, वह बंद पड़ी है। यह भी सबकी नहीं, यह भी जो बुद्धि से बहुत काम लेते हैं उनकी बात है। जो बुद्धि से बहुत कम काम लेते हैं, उनका तो तीन चौथाई मस्तिष्क बंद पड़ा रहता है।
और जितना हिस्सा काम करता है, एक चौथाई या आधा--बड़े से बड़े प्रतिभाशाली आदमी का भी आधा मस्तिष्क काम करता है और आधा बंद पड़ा है; साधारण मनुष्य का तो आधा भी काम नहीं करता, आधे का भी कोई हिस्सा काम करता है--और यह जितना हिस्सा काम करता है, चौथाई या आधा, यह भी अपनी कैपेसिटी, अपनी क्षमता का पूरा काम नहीं करता। बड़े से बड़ा बुद्धिमान आदमी भी पंद्रह प्रतिशत अपनी क्षमता का उपयोग करता है। बाकी पचासी प्रतिशत क्षमता बेकार पड़ी रह जाती है। वह आधे को छोड़ दें, उसकी बात नहीं कर रहे हैं। जितना हिस्सा काम कर रहा है, उसकी सौ प्रतिशत क्षमता अगर मानें, तो हम पंद्रह प्रतिशत क्षमता का जिंदगी में उपयोग करते हैं।
अब इसके लिए तो वैज्ञानिक आंकड़े, प्रमाण, खोजबीन, सब सहयोगी हो गए हैं
कि आदमी का इतना छोटा सा हिस्सा काम करता है। और यह हिस्सा भी आमतौर से अठारह साल के बाद शांत रहता है, फिर काम-वाम नहीं करता। इसलिए आपके पास करीब-करीब उतनी ही बुद्धि होती है, जितनी अठारह साल तक आपने विकसित की थी। इस भ्रम में आप मत रहना कि अस्सी साल के हो गए हैं तो बुद्धि आपके पास ज्यादा हो गई होगी। बहुत कम लोग हैं जो अठारह साल के बाद अपनी बुद्धि को विकसित करते हैं। अधिक लोग तो अठारह साल तक जो हो गया, उसी बुद्धि के द्वारा अनुभवों को इकट्ठा करते चले जाते हैं। उनके अनुभव बढ़ जाते हैं, बुद्धि नहीं बढ़ती। अनुभव का संग्रह बढ़ जाता है, बुद्धि नहीं बढ़ती। वे उतनी ही बुद्धि में अनुभव किए चले जाते हैं। अनुभव बढ़ जाते हैं। तो अस्सी साल के आदमी के पास अनुभव बहुत होते हैं, लेकिन बुद्धि उतनी ही होती है जितनी अठारह साल के आदमी के पास होती है।
पिछले महायुद्ध में बड़ी हैरानी का अनुभव अमेरिका में हुआ। अमेरिका,
जो कि कहना चाहिए सर्वाधिक शिक्षित, विकसित, बुद्धि का सर्वाधिक उपयोग करने वाला मुल्क है आज पृथ्वी पर। पिछले महायुद्ध में सैनिकों को बुद्धि का नाप करके भर्ती करने का उन्होंने इंतजाम किया। तो बड़ी हैरानी हुई! लाखों सैनिकों की भर्ती ने जो नतीजे दिए वे यह हैं कि उन लाखों सैनिकों में तेरह साल से ऊपर की उम्र की बुद्धि नहीं थी। यह एवरेज--तेरह साल की बुद्धि! तेरह साल पर सब रुक गया जैसे।
योग बहुत पूर्व से इस बात को कहता रहा है कि मनुष्य का पूरा मन भी रोशन नहीं है। अगर मनुष्य का पूरा मन रोशन हो जाए तो अदभुत घटनाएं घटनी शुरू हो जाती हैं। जिनको आप सिद्धियां कहते हैं, योग उन्हें मन के उन हिस्सों के काम कहता है जो निष्क्रिय हैं, और कुछ भी नहीं।
इसके लिए भी अब वैज्ञानिक प्रमाण धीरे-धीरे उपलब्ध होने शुरू हो गए हैं। अमेरिका में अभी एक आदमी है टेड सीरिओ। इसके मस्तिष्क के उस हिस्से का कुछ हिस्सा सक्रिय है जो आमतौर से निष्क्रिय होता है।
अब इसकी जांच के उपाय हैं कि मस्तिष्क का कौन सा हिस्सा काम कर रहा है। और मस्तिष्क के अलग-अलग हिस्से अलग-अलग काम करते हैं। जब आप पढ़ते हैं तो मस्तिष्क का दूसरा हिस्सा काम करता है। जब आप रोते हैं तो दूसरा हिस्सा काम करता है। जब आप हंसते हैं तो दूसरा हिस्सा काम करता है। जब आप गीत गाते हैं तो दूसरा हिस्सा काम करता है। और जब आप वीणा बजाते हैं तो दूसरा और जब पेंटिंग करते हैं तो दूसरा। यहां तक भी कि अगर आप हिंदी भाषा बोलते हैं तो

दूसरा हिस्सा काम करता है और अगर आप मराठी भी बोलते हैं साथ में तो आपके मस्तिष्क का दूसरा हिस्सा काम करता है। अंग्रेजी भी जानते हैं तो तीसरा हिस्सा काम करता है। मस्तिष्क के लाखों केंद्र हैं, जो अलग-अलग काम करते हैं।
इस टेड सीरिओ के साथ कुछ ऐसे हिस्से काम कर रहे हैं, जो साधारणतः काम नहीं करते। यह आंख बंद कर ले अमेरिका में, और इसे कहा जाए कि यहां पूना में आज रात संघवी फैक्टरी में क्या हो रहा है? तो यह आंख बंद करके पंद्रह मिनट बैठा रहेगा, फिर आंख खोल देगा--बताएगा नहीं, आंख खोल देगा--और इसकी आंख को कैमरे के सामने रख कर फोटो ले ली जाएगी आंख की, और आपके इतने सिरों का चित्र, इस भीड़ का चित्र उसकी आंख से कैमरा पकड़ लेगा।
अब यह अगर दो हजार साल पहले की किसी किताब में वर्णन होता तो हम कहते गप्प होगी। यह आदमी अभी जिंदा है और सारे अमेरिका के सब विश्वविद्यालयों ने उसकी परीक्षा की है, जगह-जगह उसने प्रयोग करके दिखाए। थोड़ा सा फर्क होगा, अगर हमारा फोटोग्राफ यहां से हम भेजें और उसके फोटोग्राफ में इतना ही फर्क होगा जैसे फीकी कापी हो, बस। इससे ज्यादा फर्क नहीं होगा। थोड़ी धुंधली कापी, इससे ज्यादा फर्क नहीं होगा। उसकी आंख इतने दूर बैठे हम सबके चित्र को पकड़ पाती है।
तो अगर महाभारत कहता है कि संजय अंधे धृतराष्ट्र के पास बैठ कर और दूर, सैकड़ों मील दूर होते हुए कुरुक्षेत्र के युद्ध की खबर देता रहा, तो टेड सीरिओ कर सकता है तो संजय को क्या अड़चन है? आंख इतनी दूर देख सकती है। आंख कितनी ही दूर देख सकती है, लेकिन फिर मस्तिष्क के दूसरे हिस्से रोशन होने चाहिए।
रूस से एक उदाहरण आपको दूं। फयादेव एक वैज्ञानिक है रूस का। अमेरिका
को छोड़ दें! रूस तो नास्तिक मुल्क है, और रूस तो आत्मा-परमात्मा को मानने को अब तक राजी नहीं है। लेकिन फयादेव ने एक हजार मील दूर तक टेलिपैथिक संदेश भेज कर--बिना किसी यंत्र के, सिर्फ विचार के संदेश भेज कर--बड़े प्रयोग किए हैं। मास्को में बैठ कर तिफलिस तक उसने संदेश भेजे हैं, सिर्फ आंख बंद करके। वह मास्को में बैठ कर संदेश सोचेगा और तिफलिस में पकड़े जाएंगे।
तिफलिस में एक दिन प्रयोग किया गया। और तिफलिस के बगीचे में दस नंबर
की बेंच पर एक आदमी आकर बैठा। इस आदमी को कोई पता नहीं है। राहगीर है, थका- मांदा, दोपहर में विश्राम करने बैठा है, इसे कुछ भी पता नहीं है। झाड़ियों में छिपे हुए लोगों ने फयादेव को वायरलेस से खबर की कि दस नंबर की सीट पर एक आदमी बैठा है, तुम अगर उसे पांच मिनट में संदेश भेज कर सुला दो तो हम समझें।
अब मास्को में बैठे हुए फयादेव पांच मिनट तक अपने मन में सोचता रहा--
उस दस नंबर की बेंच पर बैठे आदमी को सो जाना चाहिए। वह आदमी पांच मिनट में गहरी नींद में सोकर खर्राटे भरने लगा।
उन छिपे हुए मित्रों को लगा, स्वाभाविक, कि हो सकता है वह थका-मांदा हो
और अपने आप सो गया हो। संयोग संभव है। तो उन्होंने वापस खबर भेजी कि वह आदमी सो तो गया है, लेकिन ठीक सात मिनट पर तुम उसे वापस उठा दो तब हम समझें। ठीक सात मिनट पर वह आदमी चौंक कर उठ आया। और उसने चारों तरफ देखा, जैसे किसी ने आवाज दी हो। वे लोग झाड़ी से निकल आए, उन्होंने कहा कि तुम किसको देख रहे हो? उसने कहा कि कोई मुझसे निरंतर कह रहा है कि उठो, जागो, अब सोए मत रहो, ठीक सात मिनट पर उठ आना है।
कौन कह रहा है? वहां कोई भी नहीं है। वह आदमी तो सैकड़ों मील दूर मास्को में बैठा हुआ है।
मन भी पूरा जग जाए तो आदमी महाशक्ति का आविष्कारक हो जाता है। ऐसी और सैकड़ों संभावनाएं मनुष्य के मस्तिष्क में हैं। योग उनको सिद्धियां कहता था। हम उन्हें कोई भी नाम दें, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता है। हमारा पूरा मस्तिष्क भी जागा हुआ नहीं है। जितने दीन-हीन हम दिखाई पड़ रहे हैं, यह दीन-हीनता हमारे सोए होने की दीन-हीनता है। और यह जो बेचैनी हमारी जिंदगी में बनी रहती है, वह यही बेचैनी है कि हम जो संपत्ति लेकर आए हैं, उसका पूरा उपयोग नहीं कर पा रहे हैं।

योग कहता है, मन के ये सारे के सारे केंद्र सजग किए जा सकते हैं।
और यह जो खोपड़ी के भीतर छिपा हुआ मस्तिष्क है, यह पूरा व्यक्तित्व नहीं है। ठीक इतना ही बड़ा व्यक्तित्व हृदय के पास भी छिपा हुआ है। उसकी तो हमें खबरें ही बंद हो गई हैं। कभी-कभी किसी की जिंदगी में थोड़ा प्रेम झलकता है तो उसे हृदय के पास के केंद्रों का ख्याल आता है, अन्यथा नहीं ख्याल आता।
और जिंदगी से प्रेम रोज-रोज कम होता चला गया है। प्रेम के नाम पर और हमने बहुत तरह के नकली सिक्के चलाए हुए हैं, वे जिंदगी में चलते रहते हैं। मस्तिष्क पूरा का पूरा भी विकसित हो जाए तो भी हृदय के पास भी अपना मस्तिष्क है, वह बिल्कुल अधूरा रह जाता है, वह तो छूता ही नहीं। क्योंकि हमारी सारी शिक्षा मस्तिष्क की है, तो थोड़ा-बहुत मस्तिष्क तो विकसित होता है; लेकिन हृदय की तो कोई शिक्षा नहीं है, वह बिल्कुल विकसित नहीं होता, वह अविकसित रह जाता है। और आदमी बहुत भीतरी तनाव में भर जाता है।
और हृदय और मस्तिष्क मिल कर भी पूरा मनुष्य नहीं है। मनुष्य के पास और केंद्र भी हैं। और योग मनुष्य को सात केंद्रों में बांटता है। और वह कहता है कि मनुष्य के पास सात तलों पर व्यक्तित्व के विकास की संभावना है। ये मोटे तल हैं, यह मोटा विभाजन है। विभाजन और ज्यादा भी किए जा सकते हैं। बुद्ध ने नौ विभाजन किए हैं। वे जगत में हुए महायोगियों में से एक हैं। पतंजलि ने सात विभाजन किए हैं। कोई और विभाजन भी कर सकता है। क्योंकि सैकड़ों केंद्र हैं मनुष्य के भीतर, जिनकी सबकी अपनी क्षमताएं हैं। और जिनकी सबकी क्षमताएं अगर पूरी विकसित हों और पूरा मनुष्य जाग जाए, तो मनुष्य अगर उस स्थिति में कह सके, अहं ब्रह्मास्मि, मैं ब्रह्म हूं, तब उसके वक्तव्य में अतिशयोक्ति नहीं होती।
लेकिन घर में बैठे हुए ब्रह्मसूत्र से वचन निकाल कर, उपनिषद से महावाक्य खोज कर बैठे हैं किताब रखे हुए, मिट्टी के तेल के दीये जला कर बैठे हैं और कह रहे हैं, अहं ब्रह्मास्मि!
मिट्टी के तेल से काम नहीं चलेगा और बाहर के दीये में पढ़े गए शास्त्र काम के नहीं हो सकते। भीतर का दीया जले और भीतर की ज्योति पूरे सात केंद्रों तक जल जाए, तब उस समय जिस शास्त्र का उदघाटन होगा, जिस वेद का अनुभव होगा, वह वेद किसी किताब में लिखा हुआ वेद नहीं है। और उस क्षण जो उच्चार होगा, जो उदघोष होगा अहं ब्रह्मास्मि का, वह कहीं शास्त्र से आया नहीं, स्वयं की समग्र सत्ता से आया है।
तो योग आदमी को मानता है एक शास्त्र। और उसमें बहुत से अनपढ़े अध्याय पड़े हैं--अनजाने, अपरिचित--जिन पर हम कभी रोशनी लेकर नहीं गए, जिनका हमें कोई पता ही नहीं रहा है। ऐसे ही, जैसे कोई सम्राट अपने महल में सोया हो और भूल गया हो अपनी तिजोड़ियों को, अपने धन को, और सपना देख रहा हो कि मैं भिखारी हो गया और सड़क पर भीख मांग रहा हूं और कोई एक पैसा नहीं दे रहा है, और वह रो रहा है और परेशान हो रहा है और चिल्ला रहा है। करीब-करीब हम ऐसे सम्राट की हालत में हैं, जिन्हें अपनी पूरी संपत्ति का कोई पता ही नहीं है। पता ही नहीं है! अगर कोई हमसे कहे भी तो भरोसा नहीं पड़ेगा। कैसे भरोसा पड़े कि हमारे पास और इतनी संपत्ति? नहीं-नहीं। अगर उस सम्राट को उसके सपनों में कोई कहे भी कि तुम और भीख मांगते हो? तुम तो सम्राट हो! तो वह सम्राट कहेगा, कैसा मजाक करते हो? मजाक मत करो, एक पैसा दान करो तो समझ में आएगा।
ठीक हमारी स्थिति वैसी है।
योग कहता है, हमारे भीतर अनंत संपदाओं का विस्तार है। लेकिन वे सारी संपदाएं स्व चेतन होने से जगेंगी, उसके अतिरिक्त कोई जगने का उपाय नहीं है।
अब इसे थोड़ा समझें। हमारे व्यक्तित्व के सारे केंद्र कांशसनेस से जगते हैं और सक्रिय होते हैं। जितनी चेतना उन पर इकट्ठी होती है, उतने सक्रिय होते हैं। जिस हिस्से पर चेतना इकट्ठी होती है, वही सक्रिय हो जाता है।
छोटे बच्चों को सेक्स के केंद्र पर कोई सक्रियता नहीं होती, तो उनको पता भी नहीं होता। चौदह वर्ष के बाद प्रकृति उस केंद्र को सक्रिय करती है,

तो होश आना शुरू होता है। होश आना शुरू होता है तो केंद्र सक्रिय हो जाता है। वह प्रकृति करती है। इसलिए अगर प्रकृति सेक्स के केंद्र को सक्रिय न करे तो आपको पता भी नहीं चलेगा कि आपके व्यक्तित्व में सेक्स जैसी कोई चीज है। पड़ा रहेगा, पता नहीं चलेगा। कैसे पता चलेगा?
लेकिन प्रकृति को उस केंद्र से काम लेना है जीवन को बनाए रखने का, इसलिए उस केंद्र को वह खुद सक्रिय करती है, वह आप पर नहीं छोड़ती। पशुओं में भी सक्रिय करती है, पौधों में भी सक्रिय करती है, समस्त जीवन में खुद सक्रिय कर देती है।
मस्तिष्क के केंद्र को समाज सक्रिय करवाता है--शिक्षा से, समझाने से। क्योंकि जिंदगी चलानी मुश्किल हो जाएगी। तो गणित सिखाता है, भूगोल सिखाता है। उतनी चीजें सिखाता है समाज, जितने से आदमी की जिंदगी चलनी आसान हो जाए। लेकिन मस्तिष्क के केंद्र को समाज सक्रिय करवा देता है थोड़ा, सेक्स के केंद्र को सक्रिय करवा देती है प्रकृति, बीच के सब केंद्र बंद पड़े रह जाते हैं, वे कभी सक्रिय नहीं होते। उनकी किसी को जरूरत नहीं है। समाज को उनकी कोई जरूरत नहीं है। बल्कि समाज नहीं चाहेगा कि कुछ केंद्र सक्रिय हों। जैसे व्यक्ति का प्रेम अगर बहुत सक्रिय हो जाए तो समाज पसंद नहीं करेगा। समाज चाहेगा कि प्रेम का केंद्र बहुत सक्रिय न हो। परिवार भी चाहेगा कि प्रेम का केंद्र बहुत सक्रिय न हो। पत्नी भी चाहेगी कि पति का प्रेम का केंद्र बहुत सक्रिय न हो। पति भी चाहेगा कि पत्नी का प्रेम का केंद्र बहुत सक्रिय न हो। मां भी चाहेगी, बाप भी चाहेगा।
उसके कारण हैं। क्योंकि जब प्रेम का केंद्र पूरी तरह से सक्रिय हो तो प्रेम फिर किसके साथ और किसके साथ नहीं, यह फासला टूटना बंद हो जाता है। फिर मां यह नहीं कह सकती कि मुझ ही को प्रेम करो! अगर प्रेम का केंद्र ठीक से सक्रिय हो जाए तो बच्चा सभी को प्रेम करने लगेगा। तो मां की ईर्ष्या उसे रोकेगी। पत्नी नहीं चाहेगी कि पति उसका किसी को भी प्रेम से देखने लगे। उसकी ईर्ष्या उसे रोकेगी। सारा समाज कोशिश करेगा कि प्रेम का केंद्र सक्रिय न हो पाए, क्योंकि प्रेम का केंद्र खतरनाक न हो जाए। इसलिए उसको दबाने की कोशिश करेगा, काट डालने की कोशिश करेगा।
और दूसरे केंद्र हैं, उनको तो समाज और भी बरदाश्त नहीं करेगा। अब जैसे
यह टेड सीरिओ है, इस तरह के दुनिया में बहुत लोग हो जाएं तो समाज इनके खिलाफ कोई कानून बनाने की कोशिश करेगा।
अभी ऐसी एक घटना घटी। इंडोनेशिया में एक आदमी है, टोनी उसका नाम है।
और इस सदी की महत्वपूर्णतम घटनाओं में से महत्वपूर्ण घटना टोनी की जिंदगी से इंडोनेशिया में घट रही है। लेकिन सारा समाज, अदालतें, कानून, सब उसके खिलाफ खड़े हो गए हैं। टोनी ने एक प्रयोग किया है जो योग के बहुत गहरे प्रयोगों में से है। और वह प्रयोग है स्प्रिचुअल सर्जरी का--आध्यात्मिक शल्य चिकित्सा, आध्यात्मिक सर्जरी। यह शब्द भी ख्याल में नहीं पड़ता। टोनी, किसी भी तरह का, जैसे आपके पेट में अपेंडिक्स है, तो टोनी बिना किसी औजार के दोनों हाथ--नंगे हाथ--आपके पेट पर रख देगा, आंख बंद करेगा, परमात्मा से प्रार्थना करेगा और दोनों हाथ आपके पेट में प्रवेश कर जाएंगे। चमड़ी जगह दे देगी बिना किसी औजार के! खालिस हाथ आपके पेट के भीतर पहुंच जाएंगे।
और यह पच्चीसों मेडिकल वैज्ञानिकों, डाक्टरों, सर्जनों के सामने यह घटना हो चुकी है। उसकी सब फिल्में ली जा चुकी हैं, सारी दुनिया में उनका प्रदर्शन हो चुका है। उसके हाथ भीतर पहुंच जाएंगे, उसकी आंखें बंद ही रहेंगी। वह आपके भीतर--खुले पेट के भीतर--आपके अपेंडिक्स को पकड़ेगा, हाथ से ही वापस खींच कर बाहर निकाल लेगा, तोड़ कर बाहर रख देगा, दोनों हाथ आपके पेट पर वापस फेरेगा, आपकी कटी हुई चमड़ी वापस जुड़ जाएगी। और दो दिन के बाद कोई निशान भी देखने को नहीं मिलेंगे कि कभी पेट में कोई काटा गया था!
अब ऐसे आदमी की कीमत होनी चाहिए, लेकिन इंडोनेशिया की सरकार उसके खिलाफ मुकदमा चला रही है। और मेडिकल एसोसिएशन ने उसके खिलाफ सुप्रीम कोर्ट में मुकदमा दायर किया है कि उस आदमी के पास सर्जरी का लाइसेंस नहीं है तो वह सर्जरी कैसे कर सकता है?

आदमी के पागलपन का कोई हिसाब है! क्योंकि उसके पास किसी मेडिकल कालेज
का सर्टिफिकेट नहीं है, वह एमड़ी. नहीं है, तो वह सर्जरी कैसे कर सकता है? और अदालत तो उसके खिलाफ वक्तव्य देगी, क्योंकि कानून तो सदा से अंधा है। उस आदमी को सरकार ने हुक्म दे दिया है कि वह अब कहीं भी सर्जरी नहीं कर सकता। इस आदमी के पास पच्चीस मित्रों का एक समूह है। वे सब प्रार्थना और ध्यान करने वाले लोग हैं। उनसे पूछा जाता है तो वे कुछ भी नहीं बता सकते। वे कहते हैं, हम कुछ भी नहीं जानते। हम परमात्मा के हाथ में अपने को छोड़ देते हैं। फिर वह जो हमसे काम करवाता है, वह हम कर देते हैं। हम कुछ भी नहीं करते।
लेकिन अगर यह आदमी बढ़ जाए तो मेडिकल प्रोफेशन का क्या होगा? सर्जन्स
का क्या होगा? वे इसके खिलाफ उपद्रव करेंगे। वे इसको जालसाजियों में फंसाएंगे। यह गरीब आदमी है, सीधा-सादा आदमी है। उनके उपद्रव से परेशान होकर हाथ जोड़ लेगा कि ठीक है। मैं कुछ भी नहीं करता, माफी मांगे लेता हूं। इस दुनिया में बहुत बार बहुत से चमत्कार घटित हुए हैं। हमने उन्हें बंद किया है। और हमने सदा ऐसी व्यवस्था की है कि इस तरह की बातें न हो पाएं, क्योंकि इन बातों के कारण हमारे जो इस्टैब्लिशमेंट होते हैं, हमारी जो व्यवस्थित संस्थाएं होती हैं, वे सब दिक्कत में पड़ जाती हैं। पड़ ही जाएंगी, क्योंकि उन सबका क्या होगा?
और फिर इन सब चीजों के आधार पर, जिसको हम बहुत वैज्ञानिकता कहते हैं, साइंटिफिक आउट लुक कहते हैं, वह भी दो कौड़ी का हो जाता है। क्योंकि ये बातें कुछ और दूर की खबर लाती हैं। टेड सीरिओ या टोनी जैसे लोगों के खिलाफ हम हो जाएंगे, क्योंकि हम कहेंगे कि ये बातें तो हमारी सारी व्यवस्था को तोड़ देंगी। अगर टेड सीरिओ दूसरे के घर के भीतर की चीजें देख सकता है, तो आज नहीं कल हम चिंतित हो जाएंगे कि हमारी तिजोड़ी भी देख सकता है! हम इनको रोकने की कोशिश करेंगे।
समाज योग की बहुत कीमती उपलब्धियों को दबाने की कोशिश करता रहा है।
और स्वभावतः, जिन चीजों को हम बिल्कुल दबा दें, वे प्रकट होना बंद हो जाती हैं, क्योंकि उनके प्रकट होने के अवसर, परिस्थितियां हम रोक देते हैं। मेरे सामने और मेरे पास एक घटना घटी। और तब मुझे लगा कि कितना आश्चर्य है! एक मित्र मेरे पास आते थे ध्यान करने। उनका बच्चा, जो तीसरी हिंदी पढ़ता है, वह भी उनके साथ आता था। उन्होंने मुझसे कहा कि यह बच्चा मेरे पास बैठा रहे तो कोई हर्ज तो नहीं है? मैंने कहा, कोई हर्ज नहीं है। अच्छा ही है कि आता है। वे मित्र ध्यान करते थे, वह बच्चा भी उनके पास बैठ कर ध्यान करने लगा।
पिता तो बहुत गहरी गति नहीं कर पाए, लेकिन वह छोटा बच्चा बहुत गति कर गया। चार दिन उनको आना था, चार दिन बाद तो वे नहीं आए, पंद्रह दिन बाद बहुत घबड़ाए हुए आए और उन्होंने कहा कि यह आपने बच्चे को क्या कर दिया? उसे भुलाइए, हम नहीं चाहते कि वह ध्यान में जाए।
मैंने पूछा, क्या हुआ?
उन्होंने कहा, अजीब-अजीब बातें होने लगी हैं। वे और उनकी पत्नी दरवाजा बंद करके, ताला लगा कर, बच्चे को भीतर करके--कि तुम घर में खेलना और हम किसी पड़ोसी के घर जा रहे हैं--गए। जब वे लौटे तो बच्चा खिड़की पर खड़ा था और उसने कहा कि झूठ बोले, आप सिनेमा देख कर आ रहे हैं। आप मेटिनी शो में गए थे!
गए तो वे मेटिनी शो में ही थे, बच्चे को धोखा देकर गए थे। पर वे हैरान हुए। उन्होंने कहा, तुम्हें पता कैसे चला?
उसने कहा, कुछ नहीं, जब कुछ घर में नहीं था तो मैं ध्यान करने बैठ गया
और मुझे दिखाई पड़ा कि आप दोनों सिनेमा में बैठे हुए हैं।
तो उन्होंने कहा कि हम नहीं चाहते कि यह बच्चे में इस तरह की बात विकसित हो--देखें बेईमान बाप का मन--हम नहीं चाहते, इसको हम नहीं चाहते कि ध्यान वगैरह हो, इसमें तो उपद्रव हो जाएगा।
आश्चर्यजनक लगता है, लेकिन ऐसा ही है। अगर आपके घर भी बच्चा इस तरह की बातें देखने लगे तो आप भी कहेंगे कि बस बंद! क्योंकि आप लड़के को समझाते हैं कि सिगरेट मत पीना; आप खुद पीते हैं। वह लड़का कल कहेगा, कैसी बातें कर रहे

हैं पिताजी? आप उसको रोकते हैं, सिनेमा नहीं जाना! और खुद जाते हैं। वह लड़का कल कहेगा कि कैसी बातें कर रहे हैं आप? जो-जो आपने रोका है, वह सब-सब आपने किया है। तो आप बच्चों में ये प्रतिभाएं विकसित न होने देंगे। इसलिए पूरी मनुष्यता यौगिक विकास के खिलाफत में शड्यंत्र करती रही है, जिसका हमें पता नहीं है। हम इन सब बातों को दबाने की कोशिश करेंगे। और जब सारा समाज इनको दबाए और विकास का मौका न दे... ।
आप थोड़ा सोचें कि सारी यूनिवर्सिटीज बंद कर दी जाएं और सब कालेज और सब स्कूल बंद कर दिए जाएं, दुनिया में कितने लोग गणित जानेंगे? और अगर दो हजार साल तक सब शिक्षा का काम बंद कर दिया जाए, तो दो हजार साल बाद शक होने लगेगा कि इतनी बुद्धि भी हो सकती है आदमी में कि हवाई जहाज उड़ाए! इतनी बुद्धि हो सकती है कि चांद पर पहुंच जाए! लोग कहेंगे, कैसे हो सकता है? बैलगाड़ी बनाना मुश्किल हो जाएगा, हवाई जहाज बनाना तो बहुत दूर की बात है। यह जो आज आदमी चांद पर पहुंच सका है, यह दस-बीस हजार साल के बुद्धि के शिक्षण का परिणाम है। अगर हम योग के द्वारा कहे गए केंद्रों पर भी दस-बीस हजार साल मेहनत करते तो आदमी जहां पहुंच जाता, उसकी आज कल्पना भी करनी संभव नहीं है। कभी कोई एकाध आदमी पहुंचता है तो हम उसे पूजा का केंद्र बना लेते हैं और भूल जाते हैं। लेकिन सब संभव है। मनुष्य के भीतर बहुत से तल हैं, लेकिन अचेतन में डूबे हैं, इसलिए हमें उनका कोई पता नहीं है।
सात तलों में योग मनुष्य को बांटता है; सात केंद्रों में, सप्त चक्रों में मनुष्य के व्यक्तित्व को बांटता है। इन सातों चक्रों पर अनंत ऊर्जा और शक्ति सोई हुई है। जैसे एक कली में फूल बंद होता है। कली देख कर पता भी नहीं चलता कि इसके भीतर ऐसा फूल होगा, ऐसा कमल खिलेगा, इतने दलों वाला कमल प्रकट होगा। कली तो बंद होती है। अगर किसी ने सिर्फ कमल की कलियां ही देखी हों और कभी फूल न देखा हो, तो वह कल्पना भी नहीं कर सकता कि यह कली और फूल बन सकती है? हमारे पास जितने चक्र हैं, वे कलियों की तरह बंद हैं। अगर वे खिल जाएं पूरे तो हमें पता भी नहीं कि उनके भीतर क्या-क्या छिपा हो सकता है-- कितनी सुगंध! कितना सौंदर्य! कितनी शक्ति! एक-एक चक्र के पास अनंत सौंदर्य, अनंत शक्ति छिपी है। वह लेकिन कलियां खिलें तो प्रकट हो सकती है, न खिलें तो प्रकट नहीं हो सकती।
कभी आपने कमल की कलियों को खिलते देखा है? कब खिलती हैं? सूरज जब निकलता है सुबह और रोशनी छा जाती है, तब रात के अंधेरे में बंद कलियां सुबह खिल जाती हैं सूरज के साथ। ठीक ऐसे ही जिस दिन हमारी चेतना का सूर्य एक-एक केंद्र पर प्रकट होता है तो एक-एक केंद्र की कली खिलनी शुरू हो जाती है। भीतर भी हमारी चेतना का सूर्य है। उसके पहुंचने से--उसे हम ध्यान कहें
या और कोई नाम दें, इससे फर्क नहीं पड़ता--हमारे भीतर होश का एक सूर्य है, उसका प्रकाश जिस केंद्र पर पड़ता है, उसकी कली खिल जाती है चटक कर और फूल बन जाती है। और उसके फूल बनते ही हम पाते हैं कि अनंत शक्तियां हममें छिपी पड़ी थीं, वे प्रकट होनी शुरू हो गईं।
ये जो सात चक्र हैं, यह प्रत्येक चक्र खोला जा सकता है और प्रत्येक चक्र की अपनी क्षमताएं हैं। और जब सातों खुल जाते हैं तो व्यक्ति के द्वार-दरवाजे, जिनकी मैं कल बात कर रहा था, वे अनंत के लिए खुल जाते हैं। व्यक्ति तब अनंत के साथ एक हो जाता है।
चेतना, सिर्फ होश इन चक्रों को कैसे खोल देगा? इस संबंध में भी मैं कुछ वैज्ञानिक तथ्य आपको कहना चाहूंगा।
बीस-पच्चीस वर्ष के पूर्व तक वैज्ञानिकों को यह ख्याल नहीं था कि कांशसनेस से, चेतना से किसी चीज में कोई फर्क पड़ सकता है। हम देखते भी नहीं पड़ते हुए। फकीरों की कहानियां सुनी हैं, योगियों की, लेकिन वे कहानियां हो गई हैं अब। जिन चीजों को करने की कला हम भूल जाते हैं, वे कहानियां हो जाती हैं। स्वाभाविक!
अगर तीसरा महायुद्ध हो जाए और दुनिया से ज्यादा नहीं, कुछ बड़े-बड़े वैज्ञानिक मर जाएं, तो फिर एटम बम बनाना संभव नहीं होगा। अभी भी दस-पच्चीस लोग ही उस सूत्र को जानते हैं, ज्यादा नहीं। अगर इन पच्चीस आदमियों को पकड़ कर हत्या कर दी जाए तो एटम बम नहीं बन सकेगा। और अब तो पच्चीस जानते हैं, दस साल पहले पंद्रह ही जानते थे। हिरोशिमा पर जब एटम बम गिरा, उसके पहले

मुश्किल से दुनिया में चार आदमी थे सिर्फ। उन चार आदमियों को अगर मार डाला जाए, तो फिर एटम बम सिर्फ कहानी हो जाएगी। क्योंकि जब भी कोई कहेगा कि नहीं, यह सच है; हम कहेंगे, बना कर बताओ! और तब मुश्किल हो जाएगी।
अगर तीसरा महायुद्ध हो जाए, जैसा कि कई दफे हो चुका। महाभारत हुआ और
उस समय का सारा विज्ञान और सारी संस्कृति उस युद्ध के साथ नष्ट हो गई, कहानियां रह गईं। अब हम कहते हैं कि ये सब कहानियां हैं। कहानियां हैं ही अब। अगर तीसरा महायुद्ध हो जाए और सारी दुनिया नष्ट हो जाए, जैसा कि संभव है। और जब भी दुनिया नष्ट होती है युद्धों में, तो उस दुनिया में जो श्रेष्ठतम विकसित लोग होते हैं, वे सबसे पहले नष्ट होते हैं। अगर बम गिरेंगे तीसरे महायुद्ध में, तो पूना नहीं बचेगा, बंबई नहीं बचेगा, दिल्ली नहीं बचेगा, लंदन-न्यूयार्क नहीं बचेंगे। अगर बच भी सके तो बस्तर की पहाड़ियों में छिपे हुए कुछ आदिवासी बच जाएंगे, हिमाचल प्रदेश के पहाड़ों में रहने वाले कुछ लोग बच जाएंगे। इन पर जाकर कोई एटम बम गिराने की कोशिश नहीं करेगा। इनको खोज-खोज कर एटम बम गिराना बहुत मंहगा भी पड़ेगा। लेकिन दुनिया के सब विकसित सेंटर, यूनिवर्सिटीज, विज्ञान के भवन, ये सब गिर जाएंगे। ये पहले गिर जाएंगे। और फिर पीछे जो बचेंगे, अविकसित लोग, उन्होंने भी रेलगाड़ियां देखी थीं। वे अपने बच्चों को कहानियां कहते रहेंगे कि रेलगाड़ियां थीं। दो-तीन पीढ़ियों के बाद बच्चे कहेंगे कि नहीं हो सकतीं। ऐसा हो कैसे सकता है? क्या प्रमाण है? कोई प्रमाण नहीं रह जाएगा।
योग की कला के साथ भी वैसा हुआ है। बहुत बार कला विकसित होती है, फिर अनेक कारणों से खो जाती है। उनमें बड़ा कारण तो हम ही होते हैं कि हम उसे बरदाश्त नहीं कर पाते, क्योंकि उसके खतरे हैं।
यह मैं आपसे कह रहा था कि चेतना से चीजों में अंतर पड़ता है। ऐसा योग का
तो बहुत सरल सा प्रयोग है सदा का कि चीजों में अंतर पड़ता है। चेतन होने से अंतर पड़ता है। लेकिन अब विज्ञान इसके लिए राजी हुआ। और राजी तब हुआ... हम अगर एक कंकड़ को देखें तो कोई अंतर तो नहीं पड़ता। कंकड़ को कितना ही देखते रहें, क्या अंतर पड़ता है? कंकड़ कंकड़ बना रहता है। कितनी ही चेतना एकाग्र करें, कंकड़ कंकड़ रहता है। लेकिन जब से इलेक्ट्रान की खोज हुई तब से वैज्ञानिकों को पता चलना शुरू हुआ कि जब हम बड़ी खुर्दबीनें लेकर इलेक्ट्रान को देखने की कोशिश करते हैं, तो इलेक्ट्रान की चाल डगमगा जाती है देखने से। ऐसे ही जैसे आप बाथरूम में नहा रहे हों, तो आप अपनी मौज में होते हैं, मुंह बिचकाते हैं, आईने में हंसते हैं, भूल जाते हैं कितनी उम्र है। फिर अचानक आपको पता लगे कि कोई आपके बाथरूम के की-होल में से झांक रहा है, आप एकदम सजग होकर खड़े हो जाते हैं। अगर फिल्मी गाना गा रहे थे तो एकदम से भजन गाने लगते हैं या कुछ और करने लगते हैं।
तो यह तो हम मान सकते हैं कि की-होल में से आपको देखा जाए तो आप बदलते हैं, लेकिन वैज्ञानिकों का कहना है कि जब हम इलेक्ट्रान को बहुत खुर्दबीनों में से देखते हैं तो वह जैसा चल रहा था, उसको बदल कर चलने लगता है। तो बड़ी हैरानी की बात है! इसका मतलब यह हुआ कि आब्जर्वेशन जो है, निरीक्षण जो है, वह परिवर्तन ले आता है उसमें।
कल मैंने आपसे बात की थी एक ईसाई फकीर की, जिसने आक्सफोर्ड की एक प्रयोगशाला में बीजों को आशीर्वाद दिया है। उसी फकीर के एक बीज को आशीर्वाद देने के साथ एक और अदभुत घटना घटी। वह अपने गले में क्रास लटकाए हुए था और हाथ जोड़ कर उस बीज के ऊपर झुका और उसने प्रार्थना की। और जब उस बीज का फोटो लिया गया तो बड़ी हैरानी हुई। उस बीज के भीतर उसकी छाती पर लटके हुए क्रास का चित्र भी आ गया। यह तो बड़ी हैरानी की बात है! जब वह प्रार्थना करने को झुका तो उसका क्रास भी उस बीज के पास पहुंचा। लेकिन बीज के भीतर क्रास का चित्र! यह कैसे संभव हुआ? क्या उसकी प्रार्थना में उसका बीज पर गया हुआ ध्यान इस चित्र को भी उसके भीतर संवादित कर सका? क्या बीज ने भी रिस्पांस किया, क्या बीज ने भी उत्तर दिया इस प्रार्थना का? क्या बीज ने भी हृदयपूर्वक स्वीकार किया उस फकीर को?
योग का बहुत पुराना ख्याल है--ख्याल ही नहीं, अनुभव है--कि जिस केंद्र
पर हम भीतर ध्यान करते हैं वह केंद्र तत्काल सक्रिय हो जाता है। उसकी

सक्रियता, उसकी कलियों को जो बंद थीं, खोल देती है। जैसे सूरज सुबह पक्षियों को जगा देता है।
और ध्यान रहे--ख्याल आपने किया हो, न किया हो--सूरज आने के पहले ही, घड़ी
भर पहले पक्षी गीत गाने लगते हैं। अभी सूरज का रुख ही हुआ है आने का, अभी आ भी नहीं गया, अभी बस आने को हुआ है, कि पक्षी गीत गाने लगते हैं और फूलों की कलियां खिलने लगती हैं। अभी सूरज आने को हुआ है, अभी आ ही नहीं गया, और फूल खिलने लगे और कलियां मुस्कुराने लगीं और पक्षी गीत गाने लगे।
आपका ध्यान ही जाना शुरू हो जाए भीतर की तरफ और आपके चक्र सक्रिय होने शुरू हो जाते हैं। सिर्फ जाना शुरू हो जाए और आपके भीतर अनूठे अनुभव होने लगते हैं। अभी तीन दिनों में न मालूम कितने मित्रों ने आकर न मालूम कितने अनुभव मुझे कहे। वे सदा से हुए अनुभव हैं। किसी को प्रकाश के तीव्र अनुभव भीतर होने शुरू हो जाते हैं; वह किसी केंद्र से फूटता हुआ प्रकाश है। किसी को सुगंध का अनुभव भीतर होना शुरू हो जाता है; वह किसी केंद्र से फूटती हुई सुगंध है। किसी को संगीत के अनूठे नाद सुनाई पड़ने लगते हैं; वे किसी केंद्र से फूटते हुए संगीत की ध्वनियां हैं, नाद हैं। और अलग-अलग अनुभव भीतर से प्रकट होने शुरू हो जाते हैं। जितना बड़ा जगत हमारे बाहर है, उससे छोटा जगत हमारे भीतर नहीं है। अभी हमने बाहर ही ध्यान दिया है, इसलिए बाहर की चीजें सक्रिय हो गई हैं। अभी हमने भीतर ध्यान नहीं दिया, अन्यथा भीतर भी सब सक्रिय हो जाए। एक-दो छोटे प्रयोग आपको कहूं, जिससे आपको स्मरण में आ सके कि यह हो सकता है।
रास्ते पर जा रहे हों, सामने आपके कोई चल रहा हो। एक दो मिनट के लिए ऐसा करें कि ठीक उसकी चेंथी पर दो मिनट तक उसके पीछे से आंख गड़ा कर देखते रहें, पलक न झपकें। पलक बिना झपके उसकी चेंथी पर देखते रहें एक दो मिनट तक। दो मिनट से ज्यादा आप न देख पाएंगे कि उस आदमी को आपको लौट कर देखना पड़ेगा। उसके केंद्र पर सक्रियता हो गई, वह तत्काल बेचैन होकर पीछे लौट कर देखेगा कि क्या हुआ, पीछे क्या हो रहा है! आप ऐसा आदमी नहीं खोज सकते जिसको आप दो मिनट तक देखें और वह पीछे लौट कर न देख ले। और अगर ऐसा आदमी मिल जाए तो समझना कि बड़ा कीमती आदमी मिला है।
अपने ही शरीर में आप कोई भी केंद्र चुन लें और उस पर थोड़ी चेतना ले जाना शुरू करें। हम सबको अगर पूछा जाए कि अगर आपका हाथ कट जाए, तो हम कहेंगे कि हमारा कुछ बहुत नहीं कट जाएगा। थोड़ी तकलीफ होगी, लेकिन बहुत नहीं कट जाएगा। लेकिन कोई कहे कि सिर कट जाए, तो हम कहेंगे कि सब कट जाएगा। क्योंकि हमारी आइडेंटिटी हमारे सिर्फ मस्तिष्क में रह गई है, हमारा होना सिर्फ वहीं है। हम कहेंगे कि हमारा होना ही वहां है। जो कुछ भी हमारी संपत्ति है, विचार हैं, ज्ञान है, जो भी हमने जाना है अपने बाबत, वह मस्तिष्क के छोटे से केंद्र पर है, बाकी पूरे शरीर पर वह नहीं है।
अपने भीतर किसी भी केंद्र पर ध्यान करना शुरू करें। जैसे मैंने प्रयोग के लिए आपसे बाहर के लिए कहा, आप एक चार-छह दिन सिर्फ आंख बंद करके हृदय पर ध्यान ले जाएं; सिर्फ ध्यान ले जाएं, और कुछ न करें--एक पांच मिनट रोज। और आप पाएंगे आपके व्यक्तित्व में प्रेम बढ़ना शुरू हो गया। वह आपको दिखाई पड़ेगा, आपके पड़ोसियों को दिखाई पड़ेगा, आपके घर के लोगों को दिखाई पड़ेगा। कहने की जरूरत नहीं, चुपचाप आप ध्यान देते रहें। और आप पाएंगे कि लोग आपसे कहने लगे कि आप में बड़ा फर्क हो रहा है। आप इतने प्रेमपूर्ण कभी भी नहीं थे।
जिस केंद्र पर चेतना जाएगी, वह केंद्र सक्रिय हो जाता है। और हमारे सात केंद्र हैं। इन सातों पर चेतना ले जाई जा सकती है। अगर ले जाएंगे तो ही चेतना जाएगी। स्व चेतन होने का यह फायदा भी है और खतरा भी है। नहीं ले जाएंगे तो नहीं जाएगी। और नहीं ले जाएंगे, तो स्व अचेतन पशुओं में और आदमी में कोई फर्क नहीं है। अगर मैं इसे ऐसे कहूं कि योग पशु को मनुष्य बनाने का विज्ञान है, तो यह परिभाषा अतिशयोक्ति नहीं है।
योग में पशु का अर्थ भी बहुत अदभुत है। योग उसको पशु कहता है जो पाश में बंधा है। जैसे भैंस या गाय को हम रस्सी में बांध कर ले जाते हैं। वह जो रस्सी है उसका नाम पाश और उसमें बंधे हुए का नाम पशु।

योग कहता है, जो आदमी अचेतना की जंजीरों में बंधा है, वह पशु; और जो आदमी अचेतना की जंजीरों को तोड़ कर खड़ा हो गया, वह मनुष्य। मनुष्य का मतलब है, जो मन हो गया पूरा। और मन कांशसनेस, चेतना का नाम है। मन का अर्थ है चेतना, जो चेतन हो गया पूरा। अंग्रेजी का मैन भी संस्कृत के मन से ही बना है। जो मन हो गया पूरा अर्थात जो पूरा चेतन हो गया। और यह जो चेतन हो गया पूरा, यह मनुष्य है।
योग का यह सातवां सूत्र है। इस संबंध में दो-तीन बातें और, फिर बाकी सूत्र की बात कल आपसे करूंगा। दो-तीन और जरूरी बातें ख्याल में ले लेनी जरूरी हैं।
जैसे मैंने कहा कि आदमी कभी-कभी चेतन होता है, बाकी अचेतन होता है। इससे उलटी घटनाएं भी घटती हैं। जिनको हम निरंतर अचेतन मानते हैं, वे भी किसी-किसी क्षण में चेतन होते हैं। जैसे पौधा भी किसी क्षण में चेतन होता है, जैसे पत्थर भी किसी क्षण में चेतन होता है, जैसे पशु भी किसी क्षण में चेतन होता है। मनुष्य जैसे किसी क्षण में चेतन होता है, इसी तरह मनुष्य से पिछड़ी हुई जातियां जीवन की भी किन्हीं क्षणों में चेतन होती हैं। पर ये घटनाएं बहुत मुश्किल से घटती हैं और कभी घटती हैं। जैसे बुद्ध के वक्त में बोधिवृक्ष के साथ घटी।
बुद्ध के मरने के पांच सौ वर्ष तक बुद्ध की प्रतिमा नहीं बनाई गई। क्योंकि बुद्ध ने कहा था, प्रतिमा मत बनाना, यह बोधिवृक्ष ही काम दे देगा। और पांच सौ वर्ष तक बोधिवृक्ष की ही पूजा की जाती रही। पांच सौ वर्ष बाद बुद्ध की प्रतिमाएं बनीं, पांच सौ वर्ष तक नहीं। बहुत से कारणों में एक कारण यह था कि जिस क्षण बुद्ध को बुद्धत्व हुआ, उस क्षण जिस वृक्ष के नीचे वे बैठे थे वह भी प्रतिध्वनित हो गया बुद्धत्व से, वह भी जाग गया। वह साक्षी हो गया, वह अकेला ही साक्षी था, अकेला विटनेस था, बाकी कोई मौजूद नहीं था, वह वृक्ष ही मौजूद था।
आप कहेंगे कि वह वृक्ष कैसे सचेतन हो गया?
बुद्ध जैसा बड़ा सूर्य वहां प्रकट हुआ उस वृक्ष के नीचे, तो कितना ही गहरा सोया हो वृक्ष अपनी अचेतना में, उसका भी एक हिस्सा जाग गया। उसने भी जाग कर यह घटना देखी। इसलिए बुद्ध ने कहा, यह वृक्ष मेरा गवाह है, यह विटनेस है। इसकी ही पूजा कर देना तो चलेगा। यह अकेला गवाह है।
वह बोधिवृक्ष अब तक बचाने की कोशिश की गई है, उसका कुल कारण इतना ही है। हालांकि बौद्धों को भी पता नहीं कि वे क्यों उसे बचाए चले जा रहे हैं। हिंदुस्तान में सूख गया तो उसकी एक शाखा को अशोक ने अपने बेटे और अपनी बेटी के हाथ श्रीलंका भेजा था। उसकी एक शाखा श्रीलंका में लग गई थी। तो जब हिंदुस्तान का बोधिवृक्ष सूख गया तो फिर वापस उस वृक्ष की एक शाखा लाकर पुनः लगा दी गई है। लेकिन पच्चीस सौ साल से वह वृक्ष जीवित है, वह विटनेस है, वह गवाह है। बुद्ध की चेतना में जो घटना घटी, उस बड़ी घटना के साथ वह वृक्ष भी आंदोलित हो उठा और उसने भी जाग कर देखा अपनी गहरी निद्रा में कि क्या घट गया है?
इसे इस तरह समझना आसान होगा। अगर आप किसी बड़े संगीतज्ञ से पूछें तो वह शायद आपको आसानी से बता सकेगा। अगर एक सुनसान सूने कमरे में एक वीणा रखी जाए, कोई बजाए न, बस वीणा रखी हो, और दूसरे कोने में कोई संगीतज्ञ कुशल दूसरी वीणा बजाए, और कमरा सुनसान हो और चीजें न हों, तो जो खाली रखी वीणा है वह दूसरी वीणा की प्रतिध्वनि को पकड़ कर संगीत छोड़ना शुरू कर देगी। उस दूसरी वीणा के तार भी कंपित होकर नाचने लगते हैं।
ऐसा ही हुआ। वह इतनी बड़ी घटना घटी बुद्ध की कि उस कंपन में वृक्ष की वीणा के तार भी हिल गए। वह भी नाच उठा। वह गवाह बना।
तो कभी ऐसा भी हुआ है कि वृक्ष भी जाग गए, और अक्सर ऐसा होता रहता है कि मनुष्य भी सोए रहते हैं। कुछ चीजें हैं जिन्होंने जागने के बड़े सबूत दिए हैं, इसलिए वे कीमती हो गईं। जिनको हम प्रेशियस स्टोन कहते हैं, जिनको हम कीमती पत्थर कहते हैं, उनके कीमती होने का एकमात्र कारण इकोनामिक नहीं है। उनके कीमती होने का असली कारण योग से जुड़ा हुआ है। ऐसे पत्थर जो किसी क्षण में होश से भर सकते हैं, कीमती होते चले गए। और उन सब होश से भरे हुए पत्थरों से बहुत से काम लिए जा सके हैं। पर वह तो बहुत अलग लंबी उसकी

यात्रा है। जो धातुएं बहुत कीमती हो गईं जैसे सोना और चांदी, उनका कारण सिर्फ इतना ही नहीं है कि वे धातुएं न्यून हैं। नहीं, उनका कारण बहुत दूसरा है। इन धातुओं ने जागने के ज्यादा सबूत दिए हैं।
हकीम लुकमान का नाम आपने सुना होगा। लुकमान के जीवन में एक बहुत अदभुत उल्लेख है और वह योग के गहरे रास्तों से जुड़ा हुआ है। लुकमान के संबंध में एक कहानी है--कहानी कहता हूं, ऐसे वह इतिहास है--कहानी है कि लुकमान ने वृक्षों से जाकर पूछा कि तुम किस काम में आ सकोगे? जड़ी-बूटियों से पूछा कि तुम्हारा क्या उपयोग है?
और अभी भी जो लोग मेडिकल रिसर्च करते हैं, वे तकलीफ में हैं यह बात जान
कर कि लाखों जड़ी-बूटियों के बाबत--आयुर्वेद, यूनानी और पुराने चिकित्सा- शास्त्रों ने इतनी लाखों जड़ी-बूटियों के बाबत पता कैसे लगाया होगा कि यह फलां बीमारी में काम आ सकती हैं? क्योंकि इतनी बड़ी प्रयोगशालाओं का कोई प्रमाण नहीं मिलता। और आज भी हम पूरी जड़ी-बूटियों का पता नहीं लगा पाए हैं कि किस बीमारी में कौन काम आती है। अभी काम चलता है। तो हजारों साल तक मेहनत की हो तब पता चलेगा। लेकिन लुकमान अकेले आदमी ने पूरी साइंस पैदा कर दी! एक आदमी एक जिंदगी में कैसे पता लगा पाएगा?
लुकमान की कहानी कुछ और कहती है। वह यह कहती है कि लुकमान एक-एक पौधे
पर जाता, उसके पास बैठ जाता ध्यान करके, उस पौधे से प्रार्थना करता कि तू बता कि तू किस काम में आ सकता है। और लुकमान के भीतर हृदय में उस पौधे से जो उत्तर मिलता वह उसी बीमारी में उस पौधे का उपयोग शुरू कर देता। और लुकमान ने जिन पौधों का उपयोग किया है, अभी प्रयोगशाला में भी वे वैसे ही सही सिद्ध हो रहे हैं।
पौधे भी जाग सकते हैं किसी लुकमान के पास, किसी बुद्ध के पास। पत्थर
भी जाग सकते हैं किसी योगी के पास। लेकिन हम आदमी हैं, जो कि सोए रह जाते हैं। अब यह बड़ी दुखद घटना है कि बुद्ध के पास एक वृक्ष तो जाग गया, लेकिन बुद्ध के पास ऐसे हजारों लोग आए जो नहीं जागे और सोए ही वापस चले गए। शायद वृक्ष बहुत सरल है, इसलिए प्रतिध्वनित हो गया। आदमी बहुत जटिल है, चालाक है, होशियार है, जल्दी प्रतिध्वनित नहीं होता, हर चीज को जांच-परख लेता है। और जांच-परख में कभी-कभी दो पैसे की हंडी तो बजा-बजा कर ठीक ले आता है और करोड़ों रुपये की चैक बजा-बजा कर खो देता है। बहुत चालाक लोग कभी बड़े धोखे में पड़ जाते हैं। और अगर कोई आदमी एक-एक कदम बहुत सम्हाल कर रखेगा, तो एक बात पक्की है, परमात्मा की यात्रा पर नहीं जा सकता। क्योंकि वह यात्रा इतनी इनसिक्योरिटी की है, वह यात्रा इतनी अनजान और अज्ञात और अपरिचित है कि वहां बहुत होशियारों का काम नहीं है, वहां बहुत बार नासमझ भी प्रवेश कर जाते हैं और समझदार दरवाजे पर खड़े सोचते रह जाते हैं।
कल अगले सूत्र पर आपसे बात करूंगा। इस संबंध में जो भी प्रश्न हों, वे पूछ लेंगे। जो-जो प्रश्न थे, मैंने धीरे-धीरे उनकी बात कर ली है। कुछ बच जाएंगे तो उनकी कल बात कर लेंगे। जो मित्र सुबह ध्यान में आना चाहते हों, वे स्नान करके और ठीक समय पर आ जाएं और चुप आकर बैठें। कल आखिरी दिन है, देखने कोई भी न आए, सिर्फ जो करना चाहते हैं वे ही निमंत्रित हैं।
मेरी बातों को इतने प्रेम और शांति से सुना, उससे अनुगृहीत हूं। अंत में सबके भीतर बैठे प्रभु को प्रणाम करता हूं, मेरे प्रणाम स्वीकार करें।

योग: नये आयाम
चौथा प्रवचन

परम जीवन का सूत्र

मे रे प्रिय आत्मन्!
योग का आठवां सूत्र। सातवें सूत्र मैं मैंने आपसे कहा, चेतन जीवन के
दो रूप हैं--स्व चेतन, सेल्फ कांशस और स्व अचेतन, सेल्फ अनकांशस।
आठवां सूत्र हैः स्व चेतना से योग का प्रारंभ होता है और स्व के विसर्जन से अंत। स्व चेतन होना मार्ग है, स्वयं से मुक्त हो जाना मंजिल है। स्वयं के प्रति होश से भरना साधना है और अंततः होश ही रह जाए, स्वयं खो जाए, यह सिद्धि है।
स्वयं को जो नहीं जानते, वे तो पिछड़े ही हुए हैं; जो स्वयं पर ही अटक जाते हैं, वे भी पिछड़ जाते हैं। जैसे सीढ़ी पर चढ़ कर कोई अगर सीढ़ी पर ही रुक जाए, तो चढ़ना व्यर्थ हो जाता है। सीढ़ी चढ़नी भी पड़ती है और छोड़नी भी पड़ती है। मार्ग पर चल कर कोई मार्ग पर ही रुक जाए, तो भी मंजिल पर नहीं पहुंच पाता। मार्ग पर चलना भी पड़ता है और मार्ग छोड़ना भी पड़ता है, तब मंजिल पर पहुंचता है। मार्ग मंजिल तक ले जा सकता है, अगर मार्ग को छोड़ने की तैयारी हो। और मार्ग ही मंजिल में बाधा बन जाएगा, अगर पकड़ लेने का आग्रह हो। स्वयं के प्रति होश से भरना सहयोगी है स्वयं के विसर्जन के लिए। लेकिन अगर स्वयं को ही पकड़ लिया जाए, तो जो सहयोगी है वही अवरोध हो जाता है।
इस सूत्र को समझना बहुत--शायद सर्वाधिक--महत्वपूर्ण है। स्वयं को पाने की तो हमारी उत्कट आकांक्षा होती है, लेकिन स्वयं को खोना कठिन बात है। इसलिए बहुत से साधक योग के सातवें सूत्र तक आते हैं, आठवें सूत्र पर नहीं आ पाते। सातवें सूत्र तक हमारे अहंकार को कोई भी बाधा नहीं है। सातवें सूत्र तक की यात्रा ईगो-सेंट्रिक है, अहंकार-केंद्रित है। इसलिए सातवें सूत्र तक साधक से अगर कहें कि धन छोड़ दो, तो साधक धन छोड़ देगा। कहें कि परिवार छोड़ दो, तो परिवार छोड़ देगा। कहें कि यश छोड़ दो, महत्वाकांक्षा छोड़ दो, सिंहासन छोड़ दो, सब छोड़ देगा। लेकिन सब छोड़ने के पीछे मैं मजबूत होता चला जाता है। साधना में भी उत्सुक होगा इसीलिए कि वह मैं और निखर जाए। साधना में भी इसीलिए लगेगा कि मैं कुछ हो जाऊं। परमात्मा को भी इसीलिए खोजेगा कि कहीं मैं परमात्मा के बिना न रह जाऊं।
सातवें तक आने में अड़चन, कठिनाई नहीं है। असली कठिनाई सातवें के बाद आठवें सूत्र को समझने में है, क्योंकि आठवां सूत्र स्वयं को खोने का सूत्र है, स्वयं के विसर्जन का सूत्र है। सातवें सूत्र तक सिद्धियां मिल सकती हैं, शक्तियां मिल सकती हैं। सातवें सूत्र तक अपार ऊर्जा, अपार शक्ति का जन्म हो जाएगा। लेकिन परमात्मा से मिलन नहीं हो सकता है। सातवें सूत्र तक स्वयं से ही मिलन होगा।
स्वयं से मिलन भी छोटी बात नहीं है, बहुत बड़ी बात है। लेकिन पिछले छह सूत्रों की दृष्टि से बड़ी बात है, आठवें सूत्र की दृष्टि से बड़ी बात नहीं है। स्वयं को पा लेना भी बहुत कठिन है। स्वयं को भी पूरा जान लेना बहुत कठिन है। लेकिन उससे भी ज्यादा कठिन स्वयं को खोना और विसर्जित करना है। अगर एक व्यक्ति कारागृह में कैद हो, तो कारागृह से मुक्त होने के लिए पहली शर्त तो यही होगी कि वह जाने कि कारागृह में कैद है। अगर उसे यह पता ही न हो कि वह कारागृह में कैद है, तब तो कारागृह से मुक्त होने का कोई उपाय नहीं है। पहली शर्त होगी कारागृह से मुक्त होने कीः यह जानना कि मैं कारागृह में हूं। दूसरी शर्त होगी कि कारागृह को ठीक से पहचानना कि कारागृह क्या है? कहां है दीवाल? कहां है द्वार? कहां है मार्ग? कहां हैं खिड़कियां? कहां हैं सींखचे? कहां है कमजोर रास्ता? कहां से निकला जा सकता है? कहां पहरेदार है? दूसरा सूत्र होगाः कारागृह से पूर्णतया परिचित होना, कारागृह के प्रति पूरी तरह सचेतन होना। तब कहीं कारागृह से छुटकारा हो सकता है।

मनुष्य के गहरे व्यक्तित्व में स्व ही कारागृह है; सेल्फ, मैं, अहंकार
ही कारागृह है। छोटा कारागृह नहीं है, बड़ा है। बड़ी शक्तियों से भरा है, बड़े खजाने डूबे हैं, पर है कारागृह। उसके बाहर और विराट का विस्तार है, जहां स्वतंत्रता है, जहां मुक्ति है।
पहले तो हमें इस अपने स्व का ही कोई पता नहीं है कि कितना बड़ा है? क्या है? इसका पता लगाना सातवें सूत्र तक पूरा होता है। और जब इसका पूरा पता लगता है तो खतरा है बड़ा, वह खतरा आपसे कहूं। वही खतरा जो पार कर ले वह आठवें सूत्र को समझ पाएगा। जैसे ही पता चलता है कि इतनी संपत्तियां, इतने हीरे- माणिक, इतने खजानों का मैं मालिक हूं, वैसे ही कारागृह कारागृह नहीं, सम्राट का महल मालूम पड़ने लगता है।
अगर एक कैदी को भी यह पता चल जाए कि कारागृह में इतने खजाने गड़े हैं, इतना सोना है, इतनी संपदा है, अगर उसको भी कारागृह के खजानों को पता चल जाए, तो शायद वह भी यह बात इनकार कर दे कि यह कारागृह है। यह महल है सम्राट का! और शायद ये खजाने ही उसे अब कारागृह से बाहर जाने के लिए बाधा बन जाएं। हो सकता है पहरेदार इतना न रोक सके होते और जंजीरें इतना न रोक सकतीं, हो सकता है सारा इंतजाम कारागृह का न रोक सका होता उसे बाहर जाने से, लेकिन कारागृह में मिले खजाने रोक सकते हैं।
जिस दिन हमें अपनी स्वयं की पूरी संपदा का, अपने स्वयं के पूरे सुख का, अपनी स्वयं की पूरी शक्ति का पता चलता है, उस दिन यह खतरा है कि हम भूल जाएं कि यह स्व बड़ी छोटी भूमि है, यह बड़ी अनंत भूमि का एक छोटा सा टुकड़ा है। यह ऐसे ही है, जैसे किसी ने मिट्टी के घड़े में पानी भर कर सागर में छोड़ दिया हो। वह मिट्टी के घड़े के भीतर पानी है सागर का ही। लेकिन बाहर के सागर, उस मिट्टी के घड़े के बाहर जो सागर है, उससे क्या तुलना है!
हम भी मिट्टी के घड़े हैं। बहुत है भीतर। वही है जो परमात्मा का है, सागर का ही है। लेकिन बाहर जो है उसका क्या? उसकी क्या तुलना है? यह मिट्टी के घड़े को भी एक दिन तोड़ना ही पड़ता है। यह जो सेल्फ है, यह जो मैं हूं, यह जो आत्म का भाव है, यह जो ईगो है, अहंकार है, यह घेरे हुए है। लेकिन जिस दिन स्वयं की पूरी गरिमा का पता चलता है, उस दिन मिट्टी का घड़ा सोने का घड़ा हो जाता है। तोड़ना बहुत मुश्किल हो जाता है।
इसलिए बहुत बार साधक को अदभुत तरह के अहंकारों का जन्म होता है। बहुत बार साधना के पथ पर चलने वाले को जो अंतिम चीज आखिर में रोक लेती है, वह वह जगह है जहां उसका मैं सोने का हो जाता है, जहां उसे लगता है कि मैं अनंत वीर्य, अनंत ज्ञान, अनंत शक्ति का मालिक हूं। यह घोषणा उसके भीतरी मैं की बड़ी गहरी घोषणा बन जाती है। जो इस पर रुक जाते हैं वे सातवें सूत्र पर रुक जाते हैं। और यह रुक जाना वैसा ही है जैसे कोई आदमी अपनी मंजिल के करीब आकर और द्वार पर रुक जाए। सारा रास्ता तय करे और मंदिर के बाहर ठहर जाए।
ऐसा होता भी है। हजारों मील आदमी चल लेता है, और मंजिल के पास आकर एक-
एक कदम उठाना मुश्किल हो जाता है। हजारों मील चल लेता है, जब तक दूर होती है मंजिल तब तक दौड़ लेता है, जैसे-जैसे पास आने लगती है वैसे-वैसे थकान पकड़ने लगती है। अक्सर ऐसा हुआ है कि लोग मंदिरों के बाहर आकर विश्राम को चले गए हैं।
अनेक साधक सातवें सूत्र पर आकर अटक जाते हैं। आठवां सूत्र छलांग है, बड़ी छलांग है। स्वयं को पाने की बात बहुत बड़ी नहीं है, स्वयं को खोने की बात बहुत बड़ी है।
फिर मन में सवाल उठता है कि स्वयं को खोना किसलिए? स्वयं ही न होंगे तो
जो भी होगा उसका क्या प्रयोजन है, क्या अर्थ है? स्वयं ही न होगा तो फिर क्या होगा मोक्ष? क्या होगा परमात्मा? क्या होगा योग? क्या होगा धर्म? स्वयं के लिए मुक्ति छोड़ी जा सकती है; स्वयं से मुक्ति बड़ी कठिन बात है। फ्रीडम फॉर दि सेल्फ, स्वयं के लिए मुक्ति तो आसान है; मन करता है कि मैं स्वतंत्र हो जाऊं, मुक्त हो जाऊं। लेकिन फ्रीडम फ्रॉम दि सेल्फ, वह स्वयं से मुक्ति, वहां जाकर एकदम अटकाव आ जाता है। मन वहां आखिरी छलांग की तैयारी है।
लेकिन योग के पास मार्ग हैं, जिनसे उस आखिरी छलांग को भी पूरा किया जा सकता है।

सातवें सूत्र के बाद आठवें सूत्र में प्रवेश के लिए जो सबसे बड़ी खोज शुरू होती है वह होती है, मैं कौन हूं? इसकी खोज शुरू होती है। मैं क्या हूं? यह सातवें सूत्र तक पता चल जाता है। क्या हूं? मैं कहां तक हूं? यह सातवें सूत्र तक पता चल जाता है। लेकिन मैं कौन हूं? यह सातवें सूत्र तक पता नहीं चलता। इसकी खोज ही आठवां सूत्र बनती है--कि मैं कौन हूं? और जितना गहरे हम खोजते हैं, उतना ही हम पाते हैं कि यहां भी मेरा अंत नहीं है, यहां भी मैं नहीं हूं और आगे भी हूं, बियांड एंड बियांड। खोज चलती जाती है, खोज चलती जाती है और सब सीमाएं टूट जाती हैं और आखिर में पता चलता है कि जो भी है वह सभी कुछ मैं हूं। जिस दिन यह पता चलता है कि जो भी है वह सभी कुछ मैं हूं, उस दिन मैं नहीं बचता, क्योंकि तू नहीं बचता, कोई तू नहीं रह जाता बाहर फिर। सभी कुछ मैं हूं, फिर कोई तू नहीं रह जाता।
गदर, अठारह सौ सत्तावन की क्रांति के समय एक संन्यासी को अंग्रेज सिपाहियों ने मार डाला था। वह तीस वर्ष से मौन था, चुप था। लोगों ने उससे पूछा था कि चुप्पी क्यों ले रहे हो? मौन क्यों हो रहे हो? तो उसने कहा था, जो मैं कहना चाहता हूं वह कह नहीं सकता हूं, क्योंकि शब्द असमर्थ हैं; और जो मैं कह सकता हूं उसे कहना नहीं चाहता हूं, क्योंकि वह व्यर्थ है। इसलिए चुप हो गया हूं।
फिर वह तीस साल चुप था। नग्न, चुप, मौन भटकता रहता था। रात गुजर रहा था रास्ते से, अंग्रेज सिपाहियों की छावनी थी, उन्होंने उसे कोई डिटेक्टिव, कोई जासूस समझ कर पकड़ लिया। उससे बहुत पूछा कि तुम कौन हो? लेकिन जब वे उससे पूछते थे--तुम कौन हो? तो वह हंसता था।
वह मौन था, उत्तर भी नहीं दे सकता था। और कौन हूं मैं, इसका उत्तर अब तक किसने दिया है? उत्तर दिया भी नहीं जा सका है। जब उत्तर मिलता है तब तक मैं खो जाता है, और जब तक मैं होता है तब तक उत्तर नहीं मिलता। तो वह जो पहेली है, वह अब तक हल नहीं हो पाई, कभी हल होगी भी नहीं। वह खोजने वाला जब खत्म हो जाता है तब उत्तर मिलता है। तब उत्तर का कोई मतलब नहीं है। और जब तक वह खोजने वाला मौजूद रहता है तब तक उत्तर मिलता नहीं। तब तक उत्तर दिया नहीं जा सकता, क्योंकि मिलता ही नहीं।
वह हंसता था खिलखिला कर। जितना वह हंसता था, उतने सिपाही नाराज होते गए। अंततः उन्होंने संगीन उसकी छाती में भोंक दी। वे समझे कि वह धोखा दे रहा है। मरते वक्त उसने दो शब्द जरूर कहे थे, तीस साल का मौन उसने मरते वक्त तोड़ा था। बड़ा अजीब था उसके तीस साल के मौन का टूटना। और जो उसने उत्तर दिया था वह और भी अजीब था। क्योंकि पूछ रहे थे वे सिपाही कि कौन हो तुम? इसका उसने कोई उत्तर नहीं दिया। मरते वक्त आंख खोल कर वह फिर हंसा था और उसने उपनिषद के एक महावाक्य का प्रयोग किया था और मारने वाले, संगीन भोंकने वाले अंग्रेज सिपाहियों से कहा थाः तत्वमसि श्वेतकेतु! तुम भी वही हो श्वेतकेतु, तुम भी वही हो!
पूछा था, कौन हो तुम? मरते वक्त उत्तर दिया था, तुम भी वही हो! यह नहीं कहा था कि मैं कौन हूं, कहा कि तुम भी वही हो। बाकी छोड़ दिया, वह अंडरस्टुड है। वही हूं मैं, उसे छोड़ दिया। क्योंकि कौन कहे वही हूं मैं, अब वह बचा ही नहीं। इसलिए उत्तर बड़े चक्कर से दिया था, बहुत राउंड अबाउट था। कहा कि तुम भी वही हो, दैट आर्ट दाऊ।
पता नहीं वे सिपाही समझे, नहीं समझे। मुश्किल ही है कि समझे हों।
मैं कौन हूं? इसकी खोज अंततः मैं का विसर्जन बन जाती है। इसकी खोज सातवें सूत्र के बाद ही हो सकती है, इसके पहले बहुत कठिन है। सातवें सूत्र के बाद सरल है। पूछ सकते हैं हम, क्योंकि अब जाग गए हैं, प्रकाश से भर गए हैं, पूछ सकते हैं--मैं कौन हूं? और यही प्रश्न एकमात्र धार्मिक प्रश्न है। इसका उत्तर कभी नहीं मिलता। ऐसा नहीं है कि आपको उत्तर मिल जाता है कि आप परमात्मा हो। जब तक ऐसा उत्तर आए, समझना आपकी स्मृति ही उत्तर दे रही है। शास्त्र पढ़े हैं, वे ही बोल रहे हैं। शब्द सुने हैं, वे ही बोल रहे हैं। सिद्धांत सीखे हैं, वे ही बोल रहे हैं।
यह आठवां सूत्र शास्त्रों से हल नहीं होगा, सिद्धांतों से हल नहीं होगा। इसलिए इस आठवें का उत्तर अगर आपका मन दे दे कि ब्रह्म हो। या मैंने अभी कहा, तत्वमसि श्वेतकेतु, आपने भी पढ़ा है। पूछें अपने से कि मैं कौन

हूं? और मन कह दे, वही हो! इससे हल नहीं होगा। जब तक आप उत्तर दे सकते हो तब तक उत्तर नहीं मिलेगा, क्योंकि आपके पास उत्तर नहीं है, सिर्फ शब्द हैं। मैं कौन हूं? यह प्रश्न इतना गहरा बन जाए कि आपके भीतर उत्तर उठे ही न, बस प्रश्न ही रह जाए--मूक प्रश्न ही रह जाए, साइलेंट क्वेश्चनिंग ही रह जाए। श्वास-श्वास पूछने लगे--मैं कौन हूं? रोआं-रोआं पूछने लगे--मैं कौन हूं? धड़कन-धड़कन पूछने लगे--मैं कौन हूं? उठते, बैठते, चलते, पूछते, न पूछते प्रश्न मन में गूंजने लगे कि मैं कौन हूं? और उत्तर कोई भी न हो। उत्तर है ही नहीं। क्योंकि अगर उत्तर ही आपके पास हो तब तो पूछने की कोई जरूरत नहीं है।
लेकिन हम सबके पास उत्तर हैं। इसलिए आठवें सूत्र में समस्त शास्त्र बाधा बन जाते हैं, समस्त ज्ञान बाधा बन जाता है। वह जिसको हम नालेज कहते हैं, ज्ञान कहते हैं, जो हमने सीखा है, समझा है, याद किया है, वह सब बाधा बन जाता है। श्रेष्ठतम भी वचन बाधा बन जाते हैं। गीता, कुरान, बाइबिल, सब बाधा बन जाते हैं। जो भी हमने पढ़ा है, जो भी हमने सीखा है, वह उस आठवें सूत्र में बाधा देने लगता है। क्योंकि हमारी स्मृति उत्तर देती है कि यह हूं मैं, यह हूं मैं, यह हूं मैं। इन सब उत्तरों को तोड़ डालना पड़ेगा। ये कोई उत्तर हमारे नहीं हैं। ये जिन्होंने दिए होंगे, उन्होंने जान कर दिए हैं। जिन्होंने दिए होंगे, उन्होंने समझ कर दिए हैं। लेकिन ये उत्तर हमारे नहीं हैं। यह उत्तर मेरा नहीं है। यह जानना मेरा नहीं है। यह बारोड है, उधार है, बासा है।
इस आठवें सूत्र के पहले सब ज्ञान छोड़ कर मनुष्य को पुनः अज्ञानी हो जाना पड़ेगा। और जो अज्ञानी होने को समर्थ हैं... यह अज्ञान बहुत और तरह का है। सुकरात ने एक छोटा सा अच्छा विभाजन किया है। और वे लोग जो आठवें सूत्र के करीब पहुंचे, उनमें से सुकरात एक है।
सुकरात को गांव के कुछ लोगों ने आकर कहा कि डेल्फी की देवी ने घोषणा
की है कि सुकरात से बड़ा ज्ञानी और कोई भी नहीं है। तो उन लोगों ने आकर कहा कि डेल्फी की देवी का वचन है कि सुकरात से बड़ा ज्ञानी और कोई भी नहीं है--आप क्या कहते हैं? सुकरात ने कहा, जरूर कहीं कोई भूल हो गई है। क्योंकि मैं तुमसे कहता हूं, सुकरात से बड़ा अज्ञानी और कोई भी नहीं है। पर उन्होंने कहा, यह तो बड़ी मुश्किल हो गई। अब हम अगर डेल्फी की देवी की बात मानें कि सुकरात ज्ञानी है तो सुकरात की बात माननी पड़ेगी। और सुकरात कहता है, सुकरात से बड़ा अज्ञानी और कोई भी नहीं। और अगर हम सुकरात की बात मानें कि सुकरात से बड़ा अज्ञानी कोई नहीं, तो डेल्फी के वचन का क्या होगा? उन्होंने कहा, हमें मुश्किल में डाल दिया सुकरात। सुकरात ने कहा, हमारा काम ही मुश्किल में डालना है। हम भी बहुत मुश्किल में पड़े तब यहां तक आ पाए। पर उन्होंने कहा, अब हम क्या समझें? तो सुकरात ने कहा, जाकर वापस डेल्फी की देवी से पूछो।
वे वापस गए और उन्होंने डेल्फी की देवी से पूछा कि सुकरात तो कहता है
कि उससे बड़ा अज्ञानी और कोई भी नहीं है और आप कहती हैं कि उससे बड़ा ज्ञानी कोई नहीं है! डेल्फी की देवी ने कहा, इसीलिए, इसीलिए! इसीलिए कहती हूं कि उससे बड़ा ज्ञानी कोई भी नहीं है, क्योंकि जिसको अपने अज्ञान का पता चल गया वह ज्ञान के द्वार पर खड़ा हो गया है। वे लौट कर आए, उन्होंने सुकरात से कहा कि देवी कहती है, इसीलिए! अब तो यह पहेली और भी उलझ गई। वह कहती है, इसीलिए कि सुकरात अपने को अज्ञानी कह सकता है तो वह मंदिर के द्वार पर खड़ा है। सुकरात ने कहा, तुमने ख्याल किया! तुम जब मुझसे आकर कहे तो मैंने भी सोचा कि डेल्फी की देवी को यह भ्रम कैसे हो गया? लेकिन उसका वचन बहुत अर्थपूर्ण था। इस वचन में उसने यह नहीं कहा था कि सुकरात महाज्ञानी है। उसने कहा था, सुकरात से बड़ा ज्ञानी और कोई भी नहीं है। निगेटिव था। उसने यह नहीं कहा था... ।
तो सुकरात ने कहा, तुम देवी के पास वापस गए, मैं गांव में पता लगाने गया कि मुझसे कोई बड़ा ज्ञानी है या नहीं? तो मैंने एक-एक ज्ञानी से जाकर पूछा। सब सवालों के जवाब उनके पास थे, सिर्फ एक सवाल का जवाब उनके पास न था--कि तुम कौन हो? मैं कौन हूं, इसका भर उनके पास जवाब न था। तो मैंने उनसे कहा, कैसे ज्ञानी हो? जिन्हें अभी यह भी पता नहीं कि हम कौन हैं, उनके और

पता होने का मतलब भी क्या है? जो अभी यह भी नहीं जान पाए कि वे कौन हैं, वे और क्या जान पाए होंगे?
तो वह गांव के एक-एक ज्ञानी के पास जाकर लौट आया और उसने कहा कि देवी बहुत होशियार है, उसने कहा कि सुकरात से बड़ा ज्ञानी और कोई नहीं है। इसका कुल मतलब इतना ही है कि इस गांव में अज्ञानी तो सभी हैं, सिर्फ सुकरात को इतना ज्ञान है कि उसे अज्ञान का पता है। और कोई बात नहीं है। इतना ज्ञान भी गांव में किसी को नहीं है।
सातवें सूत्र को पार वही कर पाएगा जो अपने अज्ञान को अनुभव करे; जाने
कि मुझे कुछ भी पता नहीं है; यह भी पता नहीं कि मैं कौन हूं। और जब यह गहन रूप से जाना जाता है, सघन, तब इसकी पीड़ा बहुत अदभुत है। यह रोएं-रोएं और पोर-पोर में इसकी पीड़ा फैल जाती है--कि मैं कौन हूं? तब यह प्रश्न नहीं रह जाता, तब यह कोई इंटलेक्चुअल इंक्वायरी नहीं रहती, तब यह कोई बौद्धिक सवाल नहीं रहता जिसका कोई जवाब है कहीं। तब यह प्राणों की अकुलाहट, यह प्राणों की प्यास, तब यह प्राणों की सतत धुन बन जाती है--सतत प्राण कंपित होने लगते हैं उसी एक जिज्ञासा से--मैं कौन हूं? और जब कहीं कोई उत्तर नहीं मिलता--और कहीं कोई उत्तर है नहीं; जो कहीं से उत्तर पा लेगा वह अपने को धोखा दे रहा है; कहीं कोई उत्तर नहीं है--जब कहीं कोई उत्तर नहीं मिलता और प्रश्न पीड़ा बनाए चला जाता है और पागल कर देता है, विक्षिप्त कर देता है भीतर, जब प्रश्न ही प्रश्न रह जाता है, उत्तर की आशा भी मिट जाती है, उत्तर की संभावना भी मिट जाती है, उत्तर की अपेक्षा भी मिट जाती है, उत्तर मिलेगा, इसकी संभावना भी मिट जाती है, जब प्रश्न ही रह जाता है, बल्कि कहना चाहिए जब पूछने वाला और प्रश्न एक ही हो जाता है, उस क्षण प्रश्न भी खो जाता है। उत्तर नहीं मिलता, प्रश्न भी गिर जाता है। निष्प्रश्न, उस क्षण में आदमी सातवें सूत्र से आठवें सूत्र में प्रवेश कर जाता है। उस क्षण वह यह नहीं कहता कि मैं कौन हूं, उस क्षण वह यह कहता है, मुझे वह बताओ जो मैं नहीं हूं। उस क्षण वह कहता है, कहां मैं नहीं हूं?
नानक गए हैं और मक्का के मंदिर के बाहर सो गए हैं। उनके पैर मक्का के पवित्र पत्थर की तरफ हैं। पुजारियों ने आकर कहा, पैर हटाओ! नासमझ, इतना भी तुझे पता नहीं कि पवित्र पत्थर की तरफ पैर नहीं करने चाहिए! परमात्मा की तरफ पैर करता है!
तो नानक ने कहा कि मैं भी बड़ी मुश्किल में हूं। तुम मेरे पैर उस तरफ कर
दो जहां परमात्मा न हो। पकड़ो मेरे पैर और उस तरफ कर दो जहां परमात्मा न हो। वे मुल्ला, वे पंडित बहुत मुश्किल में पड़ गए। यह हिम्मत वे भी न कर पाए
कि नानक के पैर कहीं और करें, क्योंकि परमात्मा सब जगह है।
जिस दिन यह "मैं कौन हूं?" प्रश्न भी गिर जाता है, उस दिन यह सवाल नहीं
रह जाता, मैं कौन हूं। उस दिन अगर कोई पूछे भी तो हम यही पूछेंगे कि मैं कौन नहीं हूं? सभी कुछ मैं हूं! उस दिन वह जो दीवाल है बीच की, सेल्फ की, वह विसर्जित हो जाती है, वह गिर जाती है। वह बिल्कुल ड्रीम, स्वप्न की दीवाल है। विचार की दीवाल है, स्मृतियों की दीवाल है, मान्यता की दीवाल है, माना है कि मैं हूं ऐसा, इसलिए वह दीवाल है। वह गिर जाती है। उसके गिरते ही व्यक्ति अनंत के साथ एक हो जाता है। तब सेल्फ सेंट्रिक, स्व केंद्र विसर्जित हो जाता है।
ऐसा नहीं है कि आप मिट जाते हैं। ऐसा नहीं है कि आप समाप्त हो जाते हैं। नहीं, आप तो होते ही हैं, और भी पूर्णता से होते हैं। लेकिन आप "मैं" नहीं रह जाते, आप "सब" हो जाते हैं। आप तब लहर नहीं रह जाते, सागर हो जाते हैं। आप तब बूंद नहीं रह जाते, विराट हो जाते हैं। आप आपकी तरह मिट जाते हैं और परमात्मा की तरह हो जाते हैं।
इसलिए मैं को खोकर कोई कुछ भी नहीं खोता है। जैसे रात के स्वप्न से जाग कर कोई कुछ भी नहीं खोता है, ऐसे ही मैं के स्वप्न से जाग कर भी कोई कुछ नहीं खोता है। रात के स्वप्न से जाग कर पाता ही है कुछ--जागरण। मैं के स्वप्न से जाग कर भी पाता ही है कुछ--परमात्म जीवन, परमात्मा का जीवन। क्षुद्र दीवाल गिर जाती है। वह क्षुद्र घेरा टूट जाता है। वह लक्ष्मण रेखा मैं की मिट जाती है। उसकी कोई जरूरत भी अब नहीं है।

अब तक थी। सातवीं सीढ़ी तक, सातवें सूत्र तक उसकी जरूरत है। उस मैं के सहारे इतनी यात्रा हुई है। अगर वह मैं न हो तो इतनी यात्रा नहीं हो सकती। झूठ भी यात्रा में सहयोगी होते हैं। इल्यूजंस भी, भ्रम भी यात्रा में सहयोगी होते हैं। मंजिल पर नहीं ले जा सकते, मंजिल पर साथ नहीं जा सकते। एक ईसाई फकीर रूस के जेलखानों में बीस साल तक बंद था। उसने एक बहुत अदभुत किताब लिखी हैः इन गॉड्स अंडरग्राउंड! प्यारा आदमी है। जेलखाने को, जो जमीन के नीचे अंधेरी कोठरी थी, उसको भी "इन गॉड्स अंडरग्राउंड" नाम से उसने एक छोटी सी किताब लिखी है। वह भी परमात्मा का ही जमीन के नीचे छिपा घर। बीस साल तक बंद था अंधेरी कोठरी में, जहां बीस साल तक रोशनी नहीं दिखाई पड़ी। रोटियां फेंक दी जाती हैं एक बार। आदमी की आवाज सुनाई नहीं पड़ी। लेकिन पांच-सात दिन के बाद अचानक बगल की दीवाल पर कोई खट-खट करके आवाज करने लगा। सुनने की कोशिश की, लेकिन खट-खट से क्या समझ में आ सकता है! लेकिन एक बात समझ में आ गई कि कोई पड़ोसी कैदी भी है। फिर बीस साल तक दोनों साथ रहे, बीच में दीवाल थी। उस पार कोई था। फिर उन्होंने खट-खट करके धीरे-धीरे भाषा ईजाद कर ली। ए के लिए एक चोट, बी के लिए दो, सी के लिए तीन, ऐसी उन्होंने भाषा धीरे-धीरे ईजाद कर ली। फिर उन्होंने एक-दूसरे का नाम जान लिया, फिर एक-दूसरे को मैसेज और संदेश भी देने लगे। फिर एक-दूसरे को सुबह उठ कर नमस्कार भी करने लगे। फिर एक-दूसरे को रात विदाई का नमस्कार भी करने लगे। फिर तो उनका कम्युनिकेशन धीरे-धीरे गति पकड़ गया, कोड विकसित हो गया। ये दोनों आदमी अगर कैदखाने के बाहर आ जाएं तो क्या ये अब भी दीवालों
को ठोंक कर बात करेंगे? नहीं करेंगे। वह तो एक संकेत लिपि विकसित करनी पड़ी, जिसके बिना दीवालों के पार काम नहीं चल सकता था।
आदमी का मैं भी एक कोड लैंग्वेज है, जो चारों तरफ की दुनिया, जहां हम
सब अपनी-अपनी दीवालों में बंद हैं, वहां से खट-खट करके एक-दूसरे से बातचीत करनी पड़ती है। तो हम नाम रखते हैं दूसरे का, कहते हैं राम। किसी को कहते हैं कृष्ण, किसी को कुछ, किसी को कुछ। सब नाम झूठे हैं। कोई बच्चा नाम लेकर नहीं आता। लेकिन बिना नाम के तो दीवालों के आर-पार बात करनी बड़ी मुश्किल हो जाएगी। तो कृष्ण यानी खट-खट दो दफा। राम यानी तीन दफा। तो हम खट-खट करके एक-दूसरे से परिचय बना लेते हैं कि जब हम तीन बार खटखटाएं तो समझना कि तुमको बुला रहे हैं। तुम हुए राम, तुम हुए कृष्ण। हम आदमियों पर नाम चिपका देते हैं। यह कोड लैंग्वेज है, जिसमें दीवालों के पार बात करने का और कोई उपाय नहीं है। सबको हम नाम दे देते हैं। मुझे किसी को बुलाना हो तो मैं कहता हूं, राम, इधर आओ! मेरा भी नाम हो सकता है। मेरा भी नाम है। लेकिन अगर मैं भी अपना नाम बुलाऊं तो बड़ी दिक्कत होगी समझने में कि मैं किसी दूसरे को बुला रहा हूं कि अपने को बुला रहा हूं। इसलिए कोड लैंग्वेज दोतरफा है। जब अपने को बुलाना हो तो मैं कहता हूं--मैं। और जब किसी दूसरे को बुलाना होता है तो लेता हूं नाम। जब आपको भी अपने को बुलाना है तो आप कहते हैं-- मैं। और जब दूसरे को बुलाना है तो आप बुलाते हैं नाम।
स्वामी राम अमेरिका गए। तो वे अपने को भी राम ही कह कर बुलाते थे। तो उन्होंने मैं कहना बंद कर दिया। स्वभावतः कोड लैंग्वेज तोड़िएगा तो गड़बड़ होगी। वे अपने को भी राम ही कहते थे। रास्ते में कोई हंस दिया, किसी ने गाली दे दी, तो वे लौट कर आकर कहते कि आज राम बड़ी मुश्किल में पड़ गए। कुछ लोग मिल गए और गालियां देने लगे।
तो जो लोग अपरिचित थे अमेरिका में, वे पूछते कि क्या मतलब? क्या कह रहे हैं आप? कौन राम?
तो वे कहते, ये राम। ये बड़ी मुश्किल में पड़ गए थे।
धीरे-धीरे कोड को समझे लोग कि यह अपने को भी राम ही कहता है आदमी।
लेकिन हम अपने को राम कहें या मैं कहें, नाम दें या सर्वनाम का उपयोग करें, मैं का उपयोग करें--न तो हम मैं को लेकर पैदा होते हैं और न हम नाम लेकर पैदा होते हैं। बच्चों को पहले तू का पता चलता है, बाद में मैं का पता चलता है। बच्चे पहले दाऊ कांशस होते हैं, तू के प्रति चेतन होते हैं, पहले उन्हें दूसरों का पता चलता है, मैं का पता बाद में चलता है। जब तू बहुत सुनिश्चित हो जाते हैं तब। इसलिए कई बच्चे ऐसा कहते हुए पाए जाते हैं कि

इसको भूख लगी है। छोटे बच्चे कहेंगे कि इसको भूख लगी है। अभी मैं विकसित नहीं हुआ, अभी मैं विकसित होगा।
इस जिंदगी के व्यवहार में, कम्युनिकेशन में, जहां हम सब अपने-अपने घेरों में बंद, दीवालों में बंद हैं, कोड लैंग्वेज विकसित करनी पड़ती है। मैं सूचक शब्द है, इशारा है उसके बाबत जिसका मुझे भी पता नहीं है कि कौन है। कृष्ण, राम सूचक है, इशारा, उसके बाबत जिसका मुझे भी पता नहीं है कि कौन है। हम सब दीवालों के पार खड़े हैं, उन कैदियों की तरह जो अपनी-अपनी दीवाल के पार से खट-खट करते रहते हैं।
लेकिन ऐसी ही जिंदगी है, हमें पहचान में नहीं आती यह बात, क्योंकि हम अपनी-अपनी सेल को, अपनी-अपनी दीवालों को अपने साथ लिए चलते हैं। वे कैदी बंद हैं एक जगह, दीवालें थिर हैं। हम जन्म के साथ अपने कारागृह को लेकर साथ चलते हैं, इसलिए हमें कभी पता नहीं चलता कि मैं अपनी दीवालें अपने साथ लिए हूं।
एक पति और पत्नी भी जिंदगी भर दो दीवालों के पार कोड लैंग्वेज में बात करते हैं, जो बहुत मुश्किल से कभी समझी जाती है, कभी नहीं समझी जाती। अक्सर तो नहीं समझी जाती है। पिता और बेटे भी बात करते हैं, मित्र भी बात करते हैं, लेकिन दीवालों के पार। खटखटाते कुछ हैं, दूसरा कुछ समझता है। उधर से खटखटाता है, यहां कुछ समझते हैं। लेकिन एक बात भूल जाते हैं कि मैं भी और तू भी, दोनों ही शब्द कामचलाऊ, यूटिलिटेरियन हैं, ट्रुथ नहीं हैं, सत्य नहीं हैं। उपयोगिता है, सत्य नहीं हैं।
इसलिए जैसे ही हम मैं की खोज में निकलेंगे, हम पाएंगे--मैं कहीं भी नहीं है, नो व्हेयर टु बी फाउंड। है ही नहीं कहीं। जैसे जिस आदमी का नाम कृष्ण है, वह अगर अपने भीतर कृष्ण की खोज में जाए तो क्या कहीं कृष्ण मिलेगा? वह लेबल तो डिब्बे के बाहर चिपका हुआ है, कंटेनर के बाहर। उसे भीतर खोजने जाइएगा तो कहीं भी नहीं पाइएगा। मैं भी भीतर कहीं नहीं हूं। ये कामचलाऊ शब्द हैं, भाषा की ईजादें हैं। लेकिन जरूरी हैं। और सातवें सूत्र तक साधक को इनसे बाधा नहीं पड़ती, बल्कि सहयोग मिलता है। क्योंकि सातवें सूत्र तक वह मैं की ही खोज में आता है। मैं के लिए शक्ति, मैं के लिए शांति, मैं के लिए मुक्ति, मैं के लिए परमात्मा, वह इसकी खोज में आता है सातवें तक। सातवें तक मैं उपयोगी है, सत्य नहीं। सातवें के बाद मैं बाधा बनना शुरू हो जाता है, उसकी उपयोगिता व्यर्थ हो गई। आठवें पर वह कोड लैंग्वेज तोड़ देनी पड़ती है। आठवें पर तोड़ते वक्त पीड़ा होती है, क्योंकि इसी मैं के लिए सब कुछ किया, इसी मैं के लिए जीए, इसी मैं के लिए मरे, इस मैं के लिए न मालूम कितने जन्म लिए।
हिंदुस्तान से एक फकीर चीन गया। बोधिधर्म उसका नाम था। चीन का सम्राट उसका स्वागत करने आया था। रास्ते पर जब साम्राज्य प्रवेश के समय स्वागत किया बोधिधर्म का, तो उस सम्राट ने मौका देख कर कहा कि मैं बहुत अशांत हूं, कुछ रास्ता बताएं। बोधिधर्म ने कहा कि कल सुबह तीन बजे आ जाओ तो शांत कर देंगे।
उस सम्राट ने बहुत से फकीरों से सवाल पूछे थे, किसी ने कुछ रास्ता, किसी ने कुछ रास्ता बताया था। लेकिन यह आदमी अदभुत मालूम पड़ा। इसने कहा, कल तीन बजे आ जाओ, शांत कर देंगे। उसे थोड़ा तो शक हुआ कि मामला इतना आसान नहीं हो सकता। जिंदगी भर अशांत रहा, सब उपाय कर लिए और शांति नहीं हुई। उसने फिर कहा बोधिधर्म से कि शायद आपको मेरी जटिलता का पता नहीं। धन जितना चाहिए पा चुका हूं, लेकिन शांति नहीं मिलती। उपवास जितने कहे हैं करने को फकीरों ने, उतने किए हैं, शांति नहीं मिलती। मंदिर बनवाए हैं लाखों, शांति नहीं मिलती। पुण्य जितना बताया, किया है उससे दुगुना, शांति नहीं मिलती। उस फकीर ने कहा, ज्यादा बातचीत नहीं, सुबह तीन बजे आ जाओ, शांत कर देंगे।
उसको और हैरानी हुई। ठीक, सोचा कि तीन बजे देखेंगे। वैसे शक हुआ कि इस आदमी के पास आना भी कि नहीं आना। सीढ़ियां उतरता था मंदिर की, जहां बोधिधर्म ठहरा था, आखिरी सीढ़ी पर पहुंचा था कि बोधिधर्म ने चिल्ला कर कहा कि सुन! मैं को साथ ले आना, नहीं तो मैं शांत किसको करूंगा।
उसने कहा, और पागलपन! उसने कहा, जब मैं आऊंगा तो मैं तो साथ रहेगा ही।

उसने कहा, ध्यान रख कर ले आना, घर मत छोड़ आना।
रात में उसने कई दफे सोचा कि जाना कि नहीं। लेकिन फिर सोचा, इतना हिम्मतवर आदमी भी कभी नहीं मिला जिसने कहा शांत कर देंगे।
सुबह तीन बजे हिम्मत जुटा कर आया। चढ़ा सीढ़ियां। चढ़ भी नहीं पाया था कि बोधिधर्म ने कहा कि मैं को साथ लाया या नहीं?
सम्राट वू ने कहा, आप कैसी मजाक की बातें करते हैं! मैं आ ही गया हूं तो मैं को साथ लाने की बात क्या है?
उस बोधिधर्म ने कहा कि नहीं, मैं पूछता हूं जान कर ही। मैं हूं, तुझे दिखाई पड़ रहा हूं और फिर भी मेरा मैं अब मेरे साथ नहीं है। इसलिए मैंने कहा कि साथ लाया कि नहीं, अन्यथा मैं शांत किसको करूंगा?
उस बोधिधर्म की बात उस सम्राट वू की समझ में कुछ आई नहीं। फिर भी उसने कहा, ठीक है, अब तू आ ही गया। और तू कहता है साथ ले आया है, तो बैठ। आंख बंद कर और पकड़ अपने मैं को कि कहां है? और पकड़ कर मुझे दे दे तो मैं उसे शांत कर दूं।
उस सम्राट ने कहा, मुझे रात ही शक होता था कि नहीं आना चाहिए। आप किस तरह की बातें कर रहे हैं? मैं क्या कोई ऐसी चीज है जो मैं पकड़ कर आपको दे दूं!
तो बोधिधर्म ने कहा, मुझे न दे सके छोड़, अपने भीतर खुद तो पकड़ ही सकता है?
उस सम्राट ने कहा, मैंने कभी कोशिश नहीं की।
बोधिधर्म ने कहा, कोशिश कर।
आंख बंद करके वह सम्राट बैठा है, बोधिधर्म एक बड़ा डंडा लेकर उसके सामने बैठा है। वह सम्राट घबड़ा भी रहा है। रात है, अंधेरी है, अकेला आ गया है इस भिक्षु का भरोसा करके। पता नहीं यह क्या करने पर उतारू है! बोधिधर्म बीच-बीच में उसका सिर डंडे से हिलाता है और कहता है, खोज! एक भी कोना छोड़ मत देना! जहां भी मिले, पकड़!
आधा घंटा बीत गया, पौन घंटा बीत गया, घंटा भर बीत गया, दो घंटे बीत गए,
और वह सम्राट न मालूम कहां खो गया है! फिर सुबह का सूरज निकलने लगा। फिर बोधिधर्म ने कहा कि अब मैं स्नान वगैरह करूं? अभी तक नहीं पकड़ पाया? सम्राट ने आंखें खोलीं और उस बोधिधर्म के चरणों पर गिर पड़ा। उसने कहा,
यह तो मैंने कभी ख्याल ही नहीं किया था कि यह मैं जैसी कोई चीज भीतर है ही नहीं। जब मैं खोजने गया तो कहीं पाता ही नहीं हूं। सब कोने-कांतर देख डाले। सब तरफ, इस कोने से उस कोने तक खोज डाला, मैं तो कहीं भी नहीं है।
तो बोधिधर्म ने कहा, अब मैं किसको शांत करूं? मैं डंडा लिए तीन घंटे से बैठा हुआ हूं!
उस सम्राट ने कहा, अब शांत हो ही गया, क्योंकि जहां मैं नहीं है, वहां अशांति कैसी? ये तीन घंटे मेरे शांति के ही घंटे थे। जैसे-जैसे मैं खोजने लगा और जैसे-जैसे पाने लगा कि नहीं पा रहा हूं, वैसे-वैसे कुछ शांत होता चला गया। अब मैं कह सकता हूं कि मैं अशांत था, ऐसा कहना ही गलत था। मैं ही अशांति थी।
बोधिधर्म ने कहा, जा! और अब दुबारा जरा मैं से सावधान रहना, इसको फिर
मत पकड़ लेना।
सम्राट वू अपनी कब्र पर लिखवा गया है कि लाखों संन्यासियों और साधुओं
के वचन सुने, हजारों शास्त्र सुने, लेकिन कुछ राज पकड़ में न आया; और एक अजीब से फकीर की बात में आकर भीतर झांक कर देखा और सब राज खुल गए। वहां कोई मैं था ही नहीं, जिसे शांत करना था। वहां कोई मैं था ही नहीं, जिसे शुद्ध करना था। वहां कोई मैं था ही नहीं, जिससे लड़ना था और जिसे जीतना था। वहां कोई मैं था ही नहीं, जिसके लिए मोक्ष और परमात्मा खोजना था। वहां मैं था ही नहीं।
आठवां सूत्र मैं की खोज और मैं के खोने का सूत्र है। जैसे ही मैं खो जाता है, सब मिल जाता है। मैं का मतलब है, हमने कुछ पकड़ा है, सबके खिलाफ। मैं को अगर ठीक से कहें तो मैं का मतलब है प्रतिरोध का बिंदु, ए प्वाइंट ऑफ रेसिस्टेंस। यह मैं हमने पकड़ा है सबके खिलाफ, सबकी दुश्मनी में, सबको छोड़ कर इसे पकड़ा है।

यह मैं ऐसा ही है, जैसे राष्ट्रों की सीमाएं हैं--हिंदुस्तान, पाकिस्तान। कहीं भी खोजने जाएं, कहीं कोई सीमा नहीं जहां हिंदुस्तान खत्म होता है और पाकिस्तान शुरू होता है। कहीं कोई सीमा नहीं जहां हिंदुस्तान खत्म होता है और चीन शुरू होता है। सिर्फ राजनीतिज्ञों के मस्तिष्कों को छोड़ कर ये सीमाएं कहीं भी नहीं हैं। और राजनीतिज्ञों के पास अगर मस्तिष्क होते तो भी ठीक था। राजनीतिक नक्शों को छोड़ कर कहीं कोई सीमाएं नहीं हैं। जाएं ऊपर, जरा ऊपर आकाश से देखें, तो कोई हिंदुस्तान नहीं कोई पाकिस्तान नहीं, कोई चीन, कोई जापान नहीं। कोई सीमाएं नहीं हैं। अगर मंगल पर कोई होगा और जमीन की तरफ देखता होगा तो कोई सीमा दिखाई पड़ेगी?
जब पहली दफा यूरी गागरिन अंतरिक्ष में गया, तो आशा कर रहे थे उसके देशवासी कि वह वहां से, अंतरिक्ष से संदेश भेजेगा, चिल्लाएगा--सोवियत रूस की जय! कुछ कहेगा। लेकिन जो पहला शब्द यूरी गागरिन के मुख से निकला, वह समझने जैसा है। वह योग का बहुत पुराना अनुभव है किसी और आकाश में उठने का। यूरी गागरिन के मुख से नहीं निकला माई रशा। उसके मुंह से निकला--माई वर्ल्ड, माई अर्थ! उस ऊंचाई से देखने पर कोई देश नहीं रह गया। उस ऊंचाई से देखने पर पूरी जमीन एक हो गई, सारी दुनिया एक हो गई। उसके मुंह से निकला, मेरी पृथ्वी! मेरी दुनिया!

लौट कर उससे पूछा मास्को में कि तुमने क्यों न कहा, मेरा रूस?
तो उसने कहा, वहां कोई रूस न रह गया। वहां सब सीमाएं खो गईं।
ऐसे ही भीतर के आकाश में जब कोई जाता है, तो वहां मैं और तू की सीमाएं
खो जाती हैं। वे भी मनुष्य की कामचलाऊ, एक नक्शे पर खींची गई सीमाएं हैं। मेरा मकान जितनी झूठी सीमा बनाता है, मेरा मैं भी उतनी ही झूठी सीमा बनाता है। मेरा देश जितनी झूठी सीमा बनाता है, मेरा मैं भी उतनी ही झूठी सीमा बनाता है। मेरा धर्म जितनी झूठी सीमा बनाता है, मेरा मैं भी उतनी ही झूठी सीमा बनाता है।
लेकिन ये झूठ सातवें तक चलेंगे, सातवें के बाद नहीं चल सकते। जमीन पर
ही चलना हो, हॉरिजेंटल चलना हो, तो रूस और हिंदुस्तान और पाकिस्तान चलेंगे; लेकिन वर्टिकल उड़ान लेनी हो, आकाश में उठना हो, तो रूस-हिंदुस्तान खो जाएंगे। जिसको भीतर के आकाश में ऊपर उठना हो उसे मैं और तू सब खो जाएंगे। और जब मैं और तू खो जाते हैं तो जो शेष रह जाता है, दि रिमेनिंग, वह जो बच रहता है, वही परमात्मा है। यह आठवां सूत्र।
और नौवां सूत्र छोटा सा है, उसे कह कर अपनी बात मैं पूरी करूंगा।
पहला सूत्र मैंने कहा थाः जीवन ऊर्जा है।
नौवां सूत्र है योग काः मृत्यु भी ऊर्जा है। डेथ इ.ज टू एनर्जी।
जीवन ही ऊर्जा है, ऐसा नहीं; मृत्यु भी ऊर्जा है। जीवन ही जीवन है, ऐसा नहीं; मृत्यु भी जीवन है। और जीवन ही चाहने योग्य है, ऐसा नहीं; मृत्यु भी बहुत प्यारी है। और जीवन ही स्वागत योग्य है, ऐसा नहीं; मृत्यु के लिए भी खुला द्वार चाहिए। और जो मृत्यु के लिए राजी नहीं है, जीवन से वंचित रह जाएगा। और जो मृत्यु के लिए राजी है, वह परम जीवन का अधिकारी हो जाता है। मृत्यु भी ऊर्जा है, मृत्यु भी परमात्मा है, मृत्यु भी प्रभु है। यह योग का परम सूत्र है। अंतिम सूत्र है। जो मृत्यु को भी जीवन की तरह देख पाएगा... है ही, सिर्फ देखने की बात है। और आठवें सूत्र के बाद देखना संभव हो जाएगा। जिस दिन पता चलेगा मैं नहीं हूं, उसी दिन पता चलेगा, मृत्यु किसकी? मृत्यु कैसी? कौन मरेगा? कौन मर सकता है?
लोग जब तक कहते हैं कि मैं नहीं मरूंगा, मैं अमर हूं, मेरी आत्मा अमर है, तब तक समझना कि सब बातचीत सुनी-सुनाई है। जब कोई कहे कि मैं नहीं हूं और जो है वह अमृत है, तब समझना कि कोई बात हुई। मैं तो अमर होना चाहता हूं, लेकिन मैं हूं ही नहीं। जो अमर होना चाहता है वह है नहीं और जो अमर है उसका हमें पता नहीं।
रामकृष्ण मरे। तो मरने के तीन दिन पहले पता चल गया था कि रामकृष्ण अब विदा होते हैं। तो उनकी पत्नी शारदा परेशान, चिंतित, रोती थी। तो रामकृष्ण ने कहा कि लेकिन तू क्यों रोती है? क्योंकि वह जो है, वह तो मरेगा नहीं। और तू मुझे प्रेम करती थी कि उसे जो है? शारदा ने कहा, मैं उसी को प्रेम करती

हूं जो है। रामकृष्ण ने कहा, फिर फिकर छोड़ दे। फिर जब यह मर जाए जो नहीं है, तो चूड़ियां मत फोड़ना।
हिंदुस्तान में एक ही विधवा थी, शारदा, जिसने चूड़ियां नहीं फोड़ीं। फिर रामकृष्ण मर गए। सब रोए, लेकिन शारदा चूड़ी फोड़ने को राजी नहीं हुई। वह वैसी ही रही जैसी थी। सबने कहा, यह क्या करती हो? रामकृष्ण मर गए। तो उसने कहा कि जो मर गया, वह था ही नहीं; जो था, वह है। चूड़ियां ये उसके स्मरण में हैं। शारदा रामकृष्ण के मरने बाद सधवा रही। उसके मुंह से कभी नहीं निकला फिर कि रामकृष्ण मर गए। और जब भी कोई पूछता तो वह कहती, शरीर जीर्ण-शीर्ण हो गया था, उन्होंने वस्त्र बदल लिए हैं।
वस्त्र ही बदलते हैं, आवरण ही बदलते हैं। जिस दिन यह पता चलेगा--आठवें सूत्र पर पता चलेगा--कि मैं तो हूं ही नहीं, तब कौन मरेगा? तब कैसा मरना है? तब मरने का कोई उपाय न रहा। तब कोई तलवार से काटे तो किसे काटेगा? मैं को काट सकता है। और किसे काटेगा? जब मैं न रहा तो कोई कटने वाला न रहा।
कृष्ण ने जो अर्जुन को कहा है कि नहीं कोई मरता है, नहीं कोई मारता है, उसका अर्थ? उसका अर्थ इतना ही है कि नहीं कोई है। जो दिखाई पड़ रही हैं छायाएं, वे सूरज के बढ़ने और ढलने से छोटी-बड़ी हो जाती हैं। हैं नहीं, सूरज की छाया से छोटी-बड़ी होती रहती हैं। शैडो.ज हैं।
जिब्रान ने एक कहानी लिखी है कि एक लोमड़ी सुबह-सुबह निकली है भोजन की तलाश में। सूरज उग रहा है, लोमड़ी के पीछे है सूरज। बड़ी छाया पड़ती है उस लोमड़ी की, दूर दरख्तों जैसी। उस लोमड़ी ने सोचा, आज तो बहुत भोजन की जरूरत पड़ेगी। इतना बड़ा शरीर है उसके पास। अब लोमड़ी के पास कोई दर्पण तो नहीं है कि शरीर को देख ले, उसके पास छाया है। और दर्पण में भी छाया ही दिखेगी, और क्या दिखेगा? और दर्पण के इस पार जो खड़ा है वह भी, जो जानते हैं, कहते हैं, छाया है।
देखी है, छाया लंबी, वृक्षों जैसी। सोचा मन में, बड़ी मुश्किल है, आज तो बड़े भोजन की तलाश करनी पड़ेगी। कम से कम एक ऊंट मिले तो काम चले। फिर खोजती रही, दोपहर हो गई, सूरज ऊपर आ गया, छाया सिकुड़ कर छोटी हो गई। उस लोमड़ी ने नीचे देखा, कहा, भूख तो बहुत लगी है, अब तो कुछ छोटा भी मिल जाए तो चलेगा। छाया सिकुड़ गई है, छोटी हो गई है। लेकिन वह लोमड़ी छाया को ही अपना होना समझती है।
जिसे हम शरीर कहते हैं, वह बहुत एक गहरे डायमेंशन में छाया से ज्यादा नहीं है, ए शैडो मैटीरियलाइज्ड; एक छाया, जो रूपाकृत हो गई है, रूपायित हो गई है; एक छाया, जो शक्ति के कणों के सघन परिभ्रमण से दिखाई पड़ने लगी है। उस छाया का आना और जाना है। लेकिन जब तक मैं है, तब तक उस छाया के साथ तादात्म्य है, आइडेंटिटी है।
नौवां सूत्र हैः मृत्यु भी जीवन है, मृत्यु भी ऊर्जा है, मृत्यु भी परमात्मा है।
और जो मृत्यु को भी परमात्मा जान लेता है, वह निर्वाण को उपलब्ध हो जाता है। निर्वाण का अर्थ हैः ऐसे व्यक्ति की मृत्यु जिसको अब मृत्यु नहीं रही। निर्वाण का अर्थ हैः ऐसा मरना, जहां मरना नहीं है।
ये नौ सूत्र मैंने योग के आपसे कहे। ये नौ सूत्र बारह डायमेंशन्स में कहे जा सकते हैं, बारह ढंग से कहे जा सकते हैं। यह मैंने सिर्फ एक ढंग से कहा। ये नौ सूत्र बारह ढंग से कहे जा सके हैं। और बारह और नौ का गुणा आप करते हैं तो एक सौ आठ हो जाता है। संन्यासियों के गले में जो मालाएं आपने देखी हैं, वह एक सौ आठ, योग के नौ सूत्रों के बारह ढंग से कहे जाने के सूचक के अतिरिक्त और कुछ भी नहीं है। और उन एक सौ आठ मनकों के नीचे एक सौ नौवां फल भी रुद्राक्ष का लटका हुआ देखा होगा। इन एक सौ आठ ढंगों से कोई कहीं से भी चले, वह उस एक पर पहुंच जाता है।
यह मैंने सिर्फ एक डायमेंशन, एक आयाम में योग के नौ सूत्र आपसे कहे।
ये बारह ढंग से कहे जा सकते हैं। और उस तरह एक सौ आठ ध्यान की विधियां बन जाती हैं। प्रत्येक सूत्र से एक ध्यान की विधि विकसित हो जाती है। लेकिन कोई कहीं से भी पहुंचे, वहीं पहुंच जाता है। और कोई न भी पहुंचे कहीं से, तो जहां खड़ा है, वहीं खड़ा है। सिर्फ पता नहीं चलता कि कहां खड़ा हूं।

एक फकीर के संबंध में मैंने सुना है कि वह एक तीर्थयात्रा के मार्ग पर पड़ा रहता था। तीर्थयात्री चढ़ कर पहाड़ जाते थे तो उस फकीर से कहते थे, यहीं पड़े हो! यहीं पड़े हो! ऊपर न चलोगे तीर्थयात्रा पर?
तो वह फकीर कहता, तुम जहां जा रहे हो, मैं वहीं हूं।
फिर वे लौटते। फिर लौटते में कोई उससे पूछता, तुम यहीं पड़े रहोगे, कभी ऊपर की यात्रा न करोगे?
तो वह फकीर कहता, तुम जहां से आ रहे हो, मैं वहीं हूं।
वे तीर्थयात्री समझे, न समझते, वहां से चले जाते होंगे।
जिस दिन पता चलता है यात्रा के बाद, तो बड़ी हंसी आती है। झेन फकीर कहते हैं कि जब पता चलता है तो बड़ी हंसी आती है। झेन फकीरों में एक कहावत है कि जब पता चलता है तो सिवाय चाय की प्याली में चुस्की लेकर और हंसने को कुछ भी नहीं बचता।
जब कोई फकीर रिंझाई से पूछ रहा था कि यह क्या बला है, यह कैसी बात है कि हमने सुना है कि जब निर्वाण की स्थिति उपलब्ध होती है तो सिवाय चाय पीने और हंसने के कुछ भी नहीं बचता। तो रिंझाई ने कहा, सच में कुछ नहीं बचता। क्योंकि जब पता चलता है, तब यह भी पता चलता है कि यह तो मैं सदा से था। जो मुझे मिला है, वह मिला ही हुआ था। और जो मैंने खोजा है, उसे कभी खोया ही नहीं था। लेकिन फिर भी इतनी यात्रा करनी पड़ती है।
एक छोटी सी कहानी, और अपनी बात मैं पूरी कर दूं।
मैंने सुना है, एक अरबपति आदमी को मृत्यु के पहले, मरने के पहले पता चला कि उसे सुख अभी तक नहीं मिला है। सौभाग्यशाली होगा। कुछ को तो मरने के बाद ही पता चलता है। उसे पहले पता चला कि मुझे सुख अभी तक नहीं मिला है। मौत करीब थी, ज्योतिषियों ने कहा, दिन ज्यादा नहीं हैं। जल्दी करो! उसने कहा, जल्दी तो मैं सदा से कर रहा हूं। लेकिन सुख है कहां? और अब मेरे पास खरीदने के साधन हैं। कोई भी कीमत हो, मैं खरीदने को राजी हूं। उन ज्योतिषियों ने कहा, हमें इसका पता नहीं। हम सिर्फ इतना कह सकते हैं, जल्दी करो, क्योंकि मौत करीब है। और अगर तुम्हें पता चल जाए तो हमें भी खबर कर देना, क्योंकि जल्दी हमें भी करनी है, मौत करीब है। लेकिन उसने कहा, मैं खोजूं कहां? उन्होंने कहा, यह हमें पता नहीं। तुम कहीं भी, एनी व्हेयर, तुम कहीं भी खोजो।
वह अपने तेज घोड़े पर सवार हुआ। उसने करोड़ों रुपये के हीरे-जवाहरात अपने घोड़े पर रख लिए और गांव-गांव जाकर चिल्लाने लगा कि कोई मुझे सुख की झलक भी दे दे, तो यह सब मैं देने को तैयार हूं! फिर वह उस गांव में पहुंचा, जिसमें एक बहुत अदभुत सूफी फकीर का निवास था। गांव के लोगों ने कहा, तुम ठीक जगह आ गए। इस तरह की उलटी-सीधी बातों को हल करने वाला एक आदमी इस गांव में है।
उसने कहा, उलटी-सीधी बातें! तो उन गांव के लोगों ने कहा कि हम भी उसके सत्संग में रहते हुए कुछ उलटी-सीधी बातें सीख गए हैं। एक तो हम यह सीख गए हैं कि यह उलटी ही बात है, क्योंकि धन से कभी कोई सुख की झलक भी नहीं खरीद सकता, सुख तो बहुत दूर है। लेकिन फिर भी तुम आ गए तो ठीक किया। तुम ठीक जगह आ गए। इस गांव में वह आदमी है।
उसे खोजा गया। गांव वाले उसके पास ले गए। वह सूफी फकीर, नसरुद्दीन, एक झाड़ के नीचे बैठा था। सांझ ढल रही थी। गांव के लोगों ने कहा, यह रहा वह आदमी। उस अरबपति ने अपने सोने की थैली, हीरे-जवाहरातों की, नीचे पटक दी और कहा, यह है, मैं देने को तैयार हूं, करोड़ों का इसमें सामान है। मुझे सुख की एक झलक चाहिए।
उस फकीर ने नीचे से ऊपर तक देखा। और उसने कहा, बिल्कुल पक्की झलक चाहिए?
पक्की झलक चाहिए।
वह इतना कह भी नहीं पाया था कि उस फकीर ने वह झोली उठाई और भाग खड़ा हुआ। एक क्षण तो अवाक रह गया वह अमीर, फिर चिल्लाया कि मैं लुट गया, मैं मर गया। लेकिन तब तक तो अंधेरे में वह फकीर काफी दूर निकल गया था। गांव के लोग तो जानते थे उस फकीर को कि वह कुछ उलटा करेगा। उन्होंने कहा, हमने पहले ही कहा था कि यही एक आदमी है जो उलटी-सीधी बातों का जवाब दे सकता है।

उस आदमी ने, अमीर ने कहा, यह कोई जवाब है! पकड़ो इसे!
भागे लोग। वह अमीर भागा। वह गांव तो परिचित था फकीर का। गली-कूचे में चक्कर देने लगा। पूरा गांव जग गया। पूरे गांव को जगाने के लिए उसने चक्कर भी दिया। फिर सारा गांव दौड़ रहा है। फिर भाग कर वह वापस उसी जगह आया जिस झाड़ के नीचे घोड़ा खड़ा था। थैली नीचे पटक दी जहां से उठाई थी, झाड़ के पीछे खड़ा हो गया।
अमीर हांफता, भागता, पसीने से लथपथ पहुंचा। झोली देखी, उठाई, छाती से लगाई और परमात्मा को कहा--तेरा बड़ा धन्यवाद!
उस फकीर ने कहा पीछे से झाड़ के, कुछ झलक मिली?
उस अमीर ने कहा, बिल्कुल मिली। बड़ा सुख मालूम पड़ रहा है।
उस फकीर ने कहा, बस अब तुम अपने घोड़े पर बैठो और जाओ।
जिस चीज के हम मालिक ही हैं, उसको भी जब तक हम खो न दें, तब तक पता नहीं चलता सुख का। यह पूरे संसार की यात्रा उसी को खोने की यात्रा है जिसे पाना है। जो मिला ही हुआ है, उसे एक दफे खोए बिना हमें पता नहीं चल सकता। हमने खोया है, अब खोजना पड़ेगा। जिस दिन खोज लेंगे, उस दिन चाय पीने और हंसने के सिवाय कुछ बचेगा नहीं।
चीन में तीन फकीर जब उपलब्ध हो गए ज्ञान को तो गांव-गांव में हंसते हुए घूमने लगे। और जब भी कोई उनसे कुछ पूछता तो वे हंसते। एक हंसता, दूसरा हंसता, तीनों हंसते, फिर हंसी पूरे गांव में फैल जाती, फिर चौरस्ते पर पूरे लोग इकट्ठे होकर हंसते। और लोग उनसे पूछते कि किसलिए हंस रहे हो? तो वे फिर एक-दूसरे को देख कर हंसते, फिर हंसी का फव्वारा छूट जाता। फिर वे तीनों प्रसिद्ध हो गए पूरे चीन में--थ्री लाफिंग सेंट्स, तीन हंसते हुए फकीर। मरने के पहले वे एक कागज पर लिख कर रख गए कि हम अपने पर हंसते थे, क्योंकि जिसे खोजते थे वह हमारे पास था; और हम तुम पर हंसते हैं, क्योंकि तुम जिसे खोज रहे हो वह तुम्हारे पास है।
ये नौ सूत्र इन चार दिनों में मैंने आपसे कहे। इसलिए नहीं कि आपकी थोड़ी सी बौद्धिक समझ बढ़ जाए। इसलिए भी नहीं कि आप थोड़े से और ज्ञानी हो जाएं। ज्ञानी वैसे ही आप काफी हैं, सभी हैं। इस ज्ञान में थोड़ा और एडीशन करने से कुछ भी नहीं होगा। यह वैसे ही काफी है, बहुत जन्मों का ज्ञान है सबके पास। ये सूत्र मैंने आपके ज्ञान बढ़ाने के लिए नहीं कहे। ये सूत्र मैंने आपसे आपका ज्ञान छीन लेने के लिए ही कहे। ये सूत्र आपको कुछ सिद्धांत मिल जाएं, जिनको आप पकड़ कर सहारा बना लें, इसलिए मैंने नहीं कहे। आपके पास बहुत सिद्धांत हैं और आपके पास बहुत सहारे के लिए शास्त्र हैं और अगर उनसे ही आप बच सकते होते तो बच गए होते। इन मेरे थोड़े से शब्दों को और सहारा बना कर आप नहीं बच सकेंगे।
सब सिद्धांत, सब शास्त्र, सब शब्द बोझ बन जाते हैं सिर पर और डुबा देते हैं।
मैंने इसलिए ये बातें नहीं कहीं कि आपका सहारा बन जाएं। मैंने तो इसीलिए आपको ये बातें कहीं कि आपको अपने बेसहारा होने का पता चल जाए। मैंने इसलिए ये बातें नहीं कहीं। ऐसा नहीं है कि मैं समझता हूं कि आपको समझाने से कुछ समझ आ जाएगी, बिल्कुल नहीं समझता। ऐसी नासमझी मैं करता ही नहीं। मेरे समझाने से आपको समझ आ जाएगी, ऐसा होता, तब तो बड़ी आसान बात थी। तब तो एक आदमी समझ लेता और सबको समझा देता और अब तक सारी दुनिया समझदार हो गई होती। लेकिन बुद्ध थक कर मर जाते हैं, कृष्ण थक कर मर जाते हैं, जीसस थक कर मर जाते हैं, महावीर थक कर मर जाते हैं, दुनिया की नासमझी इंच भर इधर-उधर नहीं टलती। इसलिए अब कोई समझदारी से कुछ हो जाएगा, ऐसा मेरा मानना नहीं है।
फिर मैंने आपसे ये बातें क्यों कहीं?
मैंने ये बातें आपसे इसलिए कहीं कि आपको अगर अपनी समझदारी पर थोड़ा शक
आ जाए तो काफी है। अगर आप थोड़े संदिग्ध हो जाएं और आपको अपनी समझदारी पर थोड़ा शक आ जाए तो काफी है, पर्याप्त है। मैंने ये बातें इसलिए आपसे कहीं कि कब आप समझेंगे कि समझ पर्याप्त नहीं है। कुछ और करना पड़ेगा। समझते रहने भर से कुछ भी नहीं होगा। नासमझी ढंक जाएगी और मौजूद रहेगी, मिटेगी नहीं। समझना काफी नहीं है, टु नो इ.ज नाट इनफ। कुछ करना भी पड़ेगा। असल में, बिना

किए असली समझ कभी नहीं आती। बिना किए जो समझ आती है वह सिर्फ समझ का धोखा होती है, डिसेप्शन होती है। और झूठे सिक्के असली सिक्कों का धोखा दे देते हैं।
मैंने ये बातें इसलिए कहीं कि आप करने की यात्रा पर निकल सकें। एक इंच
भी चलें तो हजार इंच सोचने की बजाय बेहतर है। और एक रत्ती भर करें तो पहाड़ों ज्ञान की बजाय बेहतर है। क्योंकि पहाड़ भर ज्ञान भी बचा नहीं सकता, रत्ती भर ज्ञान बचाने के लिए काफी हो जाता है। वह किया हुआ, जो जाना हुआ है करके, वही नाव बनता है। और जो सुन कर, पढ़ कर, समझ कर जाना हुआ है, वह भी नाव बन जाता है, लेकिन कागज की नाव बन जाता है। कागज की नाव, अगर बैठें न, तो शायद नदी पार भी कर जाए। और अगर बैठें, तब तो पक्का ही नदी पार नहीं होती, डुबाती है।
लेकिन हम सब कागज की नाव में बैठे हैं। कागज की नाव के अलग-अलग नाम हैं। किसी की कागज का नाम कुरान है। किसी की कागज का नाम बाइबिल है। किसी की कागज का नाम वेद है। किसी की कागज का नाम कुछ और है। लेकिन सब कागज की नाव हैं। कागज पर लिखे गए काले अक्षरों के अतिरिक्त और कुछ भी नहीं है। परमात्मा को खोजना हो जो जीवन की ऊर्जा में उतर कर खोजना पड़ता है। वहीं मिलती है गीता जो सच में कागज की नहीं है। वहीं मिलती है कुरान जो कागज की नहीं है। वहीं मिलता है वेद जो कागज का नहीं है, जो परमात्मा का है।
ये सब बातें इस आशा में कहीं कि शायद आपको थोड़ा धक्का लग जाए और आप किसी यात्रा पर निकल जाएं।
मेरी बातों को इतने प्रेम और शांति से सुना, उससे बहुत अनुगृहीत हूं।
और अंत मेंसबके भीतर बैठे परमात्मा को प्रणाम करता हूं, मेरे प्रणाम स्वीकार करें।

योग: नये आयाम
पांचवां प्रवचन

सरल सत्य

मे रे प्रिय आत्मन्!
विगत वर्ष दुनिया के बायोलाजिस्टों की, जीवशास्त्रियों की एक कांफ्रेंस में ब्रिटिश बायोलाजिकल एसोसिएशन के अध्यक्ष बादकुन ने एक वक्तव्य दिया था। उस वक्तव्य से ही मैं आज की थोड़ी सी बात शुरू करना चाहता हूं। उन्होंने उस वक्तव्य में बड़ी महत्वपूर्ण बात कही, जो एक वैज्ञानिक के मुंह से बड़ी अदभुत बात है। उन्होंने कहा कि मनुष्य के जीवन का विकास किन्हीं नई चीजों का संवर्धन नहीं है, नथिंग न्यू एडेड, वरन कुछ पुरानी बाधाओं का गिर जाना है, ओल्ड हिंडरेंसेस गॉन। मनुष्य के विकास में कुछ जुड़ा नहीं है, मनुष्य के भीतर जो छिपा है... कोई भी चीज प्रकट होती है, तो सिर्फ बीच की बाधाएं भर अलग होती हैं। पशुओं में और मनुष्य में विचार करें, तो मनुष्य के भीतर पशुओं से कुछ ज्यादा नहीं है, बल्कि कुछ कम है। पशु के ऊपर जो बाधाएं हैं, वे मनुष्य से गिर गई हैं; और पशु के भीतर जो छिपा है, वह मनुष्य में प्रकट हो गया है।
एक बीज में और फूल में, फूल में बीज से ज्यादा नहीं है, कुछ कम है। यह बहुत उलटा मालूम होता है, लेकिन यही सच है। बीज में जो बाधाएं थीं, वे गिर गई हैं और फूल प्रकट हो गया है। पौधों में पशुओं से कुछ ज्यादा है, बाधाएं ज्यादा हैं, हिंडरेंसेस ज्यादा हैं। वे गिर जाएं तो पौधे पशु हो जाएंगे। पशुओं की बाधाएं गिर जाएं तो पशु मनुष्य हो जाएंगे। मनुष्यों की बाधाएं गिर जाएं, फिर जो शेष रह जाता है, उसका नाम परमात्मा है। अगर समस्त बाधाएं गिर जाएं और जो छिपा है वह पूरी तरह से प्रकट हो जाए, तो उस शक्ति को हम जो भी नाम देना चाहें--आत्मा, परमात्मा, या कोई भी नाम न देना चाहें तो भी चल सकता है। मनुष्य में भी अभी बाधाएं मौजूद हैं, इसलिए मनुष्य के विकास की अभी संभावना है।
बादकुन को अध्यात्म से कोई लेना-देना नहीं है, लेकिन उसका वक्तव्य ठीक वैसा ही है, जैसा पच्चीस सौ वर्ष पहले बुद्ध ने अपने ज्ञान की घटना के समय दिया था।
जिस दिन बुद्ध को पहली बार ज्ञान हुआ तो लोगों ने उनसे पूछा, आपको क्या मिल गया है? तो बुद्ध ने कहा, मुझे मिला कुछ भी नहीं, जो मेरे ही भीतर था वह प्रकट हो गया है। मुझे मिला कुछ भी नहीं, जो मेरे ही पास था, मुझे ज्ञात हो गया है। मुझे मिला तो कुछ भी नहीं, जो मैं था ही और जिसके प्रति मैं सोया था, उसके प्रति मैं जाग गया हूं। बल्कि बुद्ध ने यह भी कहा कि तुम्हें मैं यह भी कह दूं कि कुछ मेरे पास था जरूर जो खो गया है। अज्ञान था, वह खो गया है; नासमझी थी, वह खो गई है। और जो मुझे मिला है, अब मैं कह सकता हूं, वह मेरे पास था ही, लेकिन सिर्फ मैं अपरिचित था।
बादकुन और बुद्ध के वक्तव्यों में फर्क नहीं है। लेकिन बादकुन का वक्तव्य मनुष्य से पिछड़े हुए प्राणियों के संबंध में दिया गया है और बुद्ध का वक्तव्य मनुष्य से आगे गए व्यक्तित्वों के संबंध में दिया गया है।
ध्यान की प्रक्रिया आपको किसी नये जगत में नहीं ले जाती, सिर्फ उसी जगत से परिचित करा देती है जहां आप जन्मों-जन्मों से हैं ही। ध्यान की प्रक्रिया आपमें कुछ जोड़ती नहीं है, कुछ गलत काट देती है, गिरा देती है, समाप्त कर देती है।
एक मूर्तिकार को कोई पूछ रहा था कि तुमने यह मूर्ति बहुत सुंदर बनाई!
तो उस मूर्तिकार ने कहा, मैंने बनाई नहीं है, मैं तो उस रास्ते से गुजरता था और इस पत्थर में छिपी मूर्ति ने मुझे पुकार लिया। मैंने जो व्यर्थ पत्थर इसमें जुड़े थे, उन्हें भर अलग कर दिया है और मूर्ति प्रकट हो गई। मैंने कुछ जोड़ा नहीं, कुछ घटाया है। बेकार पत्थर जो मूर्ति के चारों तरफ जुड़े थे, उन्हें मैंने छांट दिया है और मूर्ति जो छिपी थी वह प्रकट हो गई।

मनुष्य के भीतर जो छिपा है, कुछ गलत जुड़ा है, उसे काट देने से प्रकट हो जाता है। परमात्मा मनुष्य से भिन्न कुछ नहीं है, मनुष्य के भीतर छिपी ऊर्जा, एनर्जी का नाम है। लेकिन जैसे हम हैं, उसमें बहुत मिट्टी मिली है सोने में। थोड़ी मिट्टी छंट सके तो सोना प्रकट हो सकता है।
तो ध्यान के संबंध में पहली बात जो मैं आपको कह दूं वह यह कि आप अपने ध्यान के विकास में अंतिम क्षणों में भी जो होंगे, वह आप अभी, इस क्षण में भी हैं। ध्यान आप में कुछ जोड़ नहीं जाएगा, सिर्फ घटा जाएगा। आपसे कुछ गलत को काट जाएगा, कुछ व्यर्थ को अलग कर जाएगा। और जो सार्थक है वह पूरी तरह से प्रकट होने की सुविधा पा सकेगा। नथिंग समथिंग न्यू एडेड--नहीं कुछ नया जुड़ेगा, सिर्फ पुरानी बाधाएं गिर जाएंगी।
इन बाधाओं को गिराने के लिए जो प्रयोग हम चार दिन यहां करने वाले हैं,
वे बहुत वाइटल, बहुत प्राणवान प्रयोग हैं। और जो लोग भी, जो मित्र भी ईमानदारी से उसे करने को राजी होंगे, उनके लिए परिणाम होने सुनिश्चित हैं।
ईमानदारी शब्द को थोड़ा समझ लेना उचित होगा। ईमानदारी से मेरा अर्थ है
कि जो सच में ही करेंगे, उनका परिणाम निश्चित है। सिर्फ उन्हीं के लिए परिणाम नहीं हो सकेगा जो करेंगे ही नहीं। उनके लिए परिणाम की अपेक्षा भी नहीं की जा सकती। और किसी पात्रता के लिए मैं आपसे नहीं कह रहा हूं। और दूसरी किसी क्वालिफिकेशन की जरूरत नहीं है। सिर्फ एक पात्रता चाहिए कि जो मैं आपसे कहूंगा इन चार दिनों में, वह आप करें। और जो मैं करने को कहने वाला हूं, वह कठिन नहीं है, बहुत सरल है, छोटे से छोटा बच्चा भी उसे कर सकता है। इसलिए आप यह भी न सोचें कि इतना कठिन हो कि हम न कर पाएं। नहीं, कठिनाई अगर होगी तो वह आपके अपने प्रति बेईमान होने में हो सकती है। मेथड में, विधि में कोई कठिनाई नहीं है। छोटे से छोटा बच्चा, जो भाषा समझ सकता है, वह भी कर सकता है। सिर्फ आपके सहयोग की जरूरत है कि आप करें।
तो मैं आपको प्रयोग समझा दूं, सरल सा प्रयोग है। सभी महत्वपूर्ण चीजें सरल होती हैं, सिर्फ गैर-महत्वपूर्ण चीजें कठिन और जटिल होती हैं। सभी सत्य सरल होते हैं, सिर्फ असत्य जटिल और कांप्लेक्स होते हैं।
लेकिन हम अजीब लोग हैं! अगर कोई चीज हमें बहुत कठिन और जटिल मालूम पड़े,
तो हम सोचते हैं, बहुत प्रोफाउंड ट्रुथ होगा, कोई बहुत गंभीर सत्य होना चाहिए।
ऐसा नहीं है। जीवन के सब सत्य दो और दो चार जैसे सरल हैं। सिर्फ असत्य कठिन होते हैं। असत्य को कठिन होना पड़ता है, क्योंकि अगर असत्य सरल हो तो पकड़ में आ जाएगा कि असत्य है। असत्य को बहुत चालबाजियों में, गोल घेरों में घूमना पड़ता है, ताकि यह पता न चले कि वह असत्य है। सत्य सीधा और नग्न खड़ा हो जाता है। वह जैसा है, वैसा ही पर्याप्त है। उसे छिपने की, मुंह छिपाने की, चेहरे बदलने की कोई भी जरूरत नहीं है।
इसलिए दुनिया में जितनी कठिन बातें कही गई हैं, आमतौर से असत्य हैं। दुनिया में जितनी सत्य बातें कही गई हैं, आमतौर से सरल और सीधी हैं। चाहे उपनिषद हों, चाहे गीता हो, चाहे कुरान हो, चाहे बाइबिल, चाहे बुद्ध और महावीर के वचन, वे बिल्कुल सीधे--दो और दो चार की भांति हैं।
यह जो प्रयोग मैं आपसे कहता हूं, अत्यंत सरल है। परिणाम इसके बहुत हैरानी से भरने वाले हैं। इस प्रयोग में चार चरण हैं दस-दस मिनट के। पहले तीन चरण में कुछ आपको करना है और चौथे चरण में आपको कुछ भी नहीं करना है, परमात्मा की शक्ति कुछ करे, इसके लिए सिर्फ प्रतीक्षा करनी है। पहले तीन चरण में पहले दस मिनट तीव्र श्वास का प्रयोग है। दस मिनट इस भांति श्वास लेनी है जैसे कि लोहार की धौंकनी चलती हो--जितनी फास्ट हो सके, जितने जोर से श्वास की चोट भीतर पहुंचाई जा सके। श्वास का उपयोग हैमरिंग की तरह करना है।
उसके परिणाम हैं। एक तो जितने जोर से भीतर श्वास की चोट की जाती है, हमारे शरीर में छिपी हुई प्राण-ऊर्जा जगती है। शायद आपको पता न हो कि हम सबके शरीरों में--हमारे शरीर में ही नहीं, जीवन के समस्त रूपों में--जो ऊर्जा छिपी है, वह विद्युत का ही रूप है, इलेक्ट्रिसिटी का ही रूप है। हमारा शरीर भी चल रहा है जिस शक्ति से, वह विद्युत का ही रूप है। वह

आर्गनिक इलेक्ट्रिसिटी उसे हम कहें, वह जीवंत विद्युत है। इस विद्युत को जितनी ज्यादा आक्सीजन मिले, उतनी तीव्रता से जगती है। इसलिए बिना आक्सीजन के आदमी मर जाएगा। और बिल्कुल मरते हुए आदमी को भी अगर आक्सीजन दी जा सके तो हम उसे थोड़ी-बहुत देर जिंदा रख सकते हैं।
इस दस मिनट में इतने जोर से श्वास लेनी है कि आपके भीतर की सारी वायु बाहर चली जाए और बाहर से ताजी वायु भीतर चली आए। आपके शरीर के भीतर आक्सीजन का अनुपात बदल डालना है। वह अपने आप बदल जाता है। और चोट इतने जोर से करनी है कि शरीर में जो शक्ति सोई हुई है, वह उठने लगे।
पांच मिनट के प्रयोग में ही कोई साठ परसेंट लोगों के शरीरों के भीतर कंपन शुरू हो जाएगा। वह आपको बहुत स्पष्ट मालूम पड़ने लगेगा कि कोई चीज वाइब्रेट करती हुई उठने लगी है। योग ने उसे कुंडलिनी कहा है। अगर हम विज्ञान से पूछेंगे तो उसे वह बॉडी इलेक्ट्रिसिटी कहेगा। वह कहेगा, वह शरीर की विद्युत है।
अभी अमेरिका में एक आदमी है, जिसके शरीर की विद्युत से बहुत अदभुत प्रयोग हुए हैं। उसके शरीर की विद्युत सामान्यतया ज्यादा है, जितनी आमतौर से होती है। वह एक विशेष प्रकार की श्वास का प्रयोग करने के बाद हाथ में पांच कैंडल का बल्ब लेकर उसने जला दिया। स्वीडन में अभी एक स्त्री जिंदा है, जिसे कोई भी छू नहीं सकता। उस स्त्री का विवाह नहीं हो सका। क्योंकि उसको छूने से शॉक वैसा ही लगेगा जैसा कि विद्युत को छूने से लगता है।
ये थोड़े से इनके शरीर में विशेष विद्युत है और केमिकली थोड़े से फर्क हैं, इसलिए ऐसा परिणाम है। लेकिन विद्युत हम सबके शरीर में है। और अभी पहले दिन ही कम से कम साठ प्रतिशत लोगों को--सौ प्रतिशत को हो सकता है, कोई कारण नहीं है। लेकिन चालीस प्रतिशत आमतौर से प्रयोग नहीं कर पाते, पीछे खड़े रह जाते हैं, ऐसा मेरा अनुभव है, इसलिए साठ की बात कह रहा हूं। लेकिन आपमें से प्रत्येक से कहूंगा कि साठ प्रतिशत में होना, चालीस प्रतिशत में मत होना।
पांच मिनट के बाद ही आपके शरीर के भीतर कोई चीज कंपती हुई उठती हुई मालूम पड़ने लगेगी। शरीर एक नई शक्ति से भरता हुआ मालूम पड़ने लगेगा। दस मिनट पूरा प्रयोग करने पर आप इलेक्ट्रिफाइड हालत में हो जाएंगे। सारा शरीर विद्युत का एक प्रवाह बन जाएगा। स्वभावतः इसके परिणाम होंगे। जब शरीर में जोर से वाइब्रेशंस होंगे तो शरीर कंपने लगेगा, डोलने लगेगा, नाचने लगेगा।
दूसरा जो प्रयोग है दस मिनट का, वह शरीर को डोलने, नाचने या शरीर को जो
भी करना है उसे करने की पूरी छूट दे देने का है। उसके परिणाम कैथार्टिक हैं।
हमने अपने शरीर में न मालूम कितने तरह के दमन कर रखे हैं। मन में भी बहुत तरह के सप्रेशंस कर रखे हैं। जो व्यक्ति भी ध्यान में जाना चाहता है, उसे पहले इन दमनों से मुक्त हो जाना जरूरी है। क्रोध आया है, हम क्रोध को पी गए हैं। वासना आई है, हमने वासना को दबा लिया है। चिंता आई है, हम चिंता को पीकर सो गए हैं। हमने न मालूम कितना मन में छिपा लिया है। जब रोना चाहा है तो रोए नहीं; हंसना चाहे हैं तो हंसे नहीं; चिल्लाना चाहे हैं तो चिल्लाए नहीं; नाचना चाहे हैं तो नाचे नहीं। वह सब हमने दबाया हुआ है। मन और शरीर दोनों में हजार तरह के दमन इकट्ठे हो गए हैं। वे दमन न गिर जाएं तो मन इतना हलका नहीं हो सकता कि उड़ान भर सके।
इसलिए दूसरे दस मिनट में शरीर के साथ पूरी की पूरी स्वतंत्रता और सहयोग करना है। शरीर नाचना चाहे तो उसे पूरी तरह नाचने देना है, चिल्लाना चाहे तो चिल्लाने देना है, रोना चाहे तो रोने देना है। शरीर जो भी करना चाहे--सिर्फ अपने शरीर के साथ, दूसरे शरीर के साथ नहीं--अपने शरीर के साथ जो भी करना चाहे, उसे पूरी स्वतंत्रता और सहयोग दे देना है।
कोई साठ प्रतिशत लोग अचानक अपने भीतर बहुत कुछ होता हुआ पाएंगे। जिन मित्रों को ऐसा लगे कि उनके भीतर तो कुछ भी नहीं हो रहा है, तो उनसे मैं कहूंगा कि वे आज कम से कम--जिनको अपने आप हो जाएगा उनका प्रश्न नहीं है, अधिक लोगों को अपने आप हो जाएगा--जिनको लगे कि उनको अपने आप नहीं हो रहा है, तो उसका कारण कुल इतना ही है कि वे इनहीबीशंस में, अपने दमन में इतने मजबूत

हैं कि बीच की पर्त उन्हें भीतर तक नहीं पहुंचने दे रही है। तो उनसे मैं कहूंगा कि वे इसकी फिकर न करें, उनको न हो रहा हो तब भी जो उनसे बन सके वे दस मिनट करें। अगर उनसे नाचते बन सके तो वे नाचते रहें। कोई विधि, व्यवस्था और गति की बात नहीं है। उनसे चिल्लाते बन सके तो वे चिल्लाते रहें। कल ही वे पाएंगे कि उनकी धारा टूट गई और स्पांटेनियस उनके भीतर से प्रवाह शुरू हो गया।
इस दस मिनट के बहुत गहरे परिणाम हैं। इस दस मिनट के नाचने, चिल्लाने, डोलने, रोने-हंसने के बाद आप इतने हलके हो जाएंगे, जैसे शायद आप जीवन में कभी भी नहीं हुए। पहले चरण में आपके शरीर में जो विद्युत जगेगी, वह आपको सहयोग देगी। नाचने में, चिल्लाने में, रोने में, हंसने में वह आपको सहयोग देगी। और आपको भी अपनी तरफ से कोआपरेट करना है और जो भी आपके भीतर हो उसको पूरी तरह होने देना है। अगर आपका हाथ इतना हिल रहा है तो आप उसे और पूरी तरह हिला दें--कि हाथ के भीतर जो भी वेग दमित हैं, वे निष्कासित हो जाएं, उनकी निर्जरा हो जाए। इस प्रयोग से चार दिन में इतना हो सकेगा जो कि चार वर्ष में किसी साधारण प्रयोग से नहीं हो सकता।
दूसरे चरण के बाद आपका शरीर वेटलेस मालूम होगा, जैसे बिल्कुल हलका हो गया है, जैसे उड़ सकता है। दोहरी बातें मालूम होंगी। पहले चरण के बाद शरीर शक्ति से भरा हुआ मालूम होगा। दूसरे चरण के बाद शक्ति पूरी मालूम होगी, लेकिन शरीर एकदम वेटलेस और हलका हो गया होगा। दूसरे चरण के बाद आपको स्पष्ट ऐसा लगना शुरू हो जाएगा कि शरीर नहीं है, बल्कि सिर्फ एनर्जी है, सिर्फ ऊर्जा है, सिर्फ शक्ति है।
इस दूसरे चरण में जिसका भी प्रयोग पूरा हो जाएगा, उसको एक हैरानी का अनुभव होगा और वह होगा कि उसे पहली दफे मालूम पड़ना शुरू होगा कि शरीर अलग है और मैं अलग हूं। अगर आपने अपने शरीर को पूरा छोड़ दिया तो आपकी आइडेंटिटी टूट जाएगी। यह आज भी हो जाएगा। सिर्फ सवाल इतना है कि आप उसको पूरा कोआपरेट करें। आप अपनी तरफ से रोकें न। आप यह न सोचें कि मैं नाचूंगा तो कोई क्या कहेगा! मैं चिल्लाऊंगा तो कोई क्या कहेगा! जो आपके भीतर हो रहा है, उसे आप बिल्कुल सबकी फिकर छोड़ कर हो जाने दें। तो आप दस मिनट के भीतर, जो निरंतर सुना है, पढ़ा है कि शरीर और मैं अलग हूं, वह आपके अनुभव का हिस्सा बन जाएगा। नाचता हुआ शरीर आपको अलग दिखाई पड़ने लगेगा, आप साक्षी हो जाएंगे कि शरीर नाच रहा है, आप साक्षी हो जाएंगे कि शरीर रो रहा है। आप बहुत साफ देख सकेंगे कि कोई और हंस रहा है और मैं देख रहा हूं। यह प्रतीति ध्यान की गहराई में ले जाने के लिए अनिवार्य द्वार है। इसके बिना कोई ध्यान में नहीं जा सकता।
तीसरे चरण में--जब दूसरे चरण में यह घटना घट जाएगी कि शरीर अलग और मैं अलग, तो एक स्वाभाविक प्रश्न मन में उठना शुरू होगा कि फिर मैं कौन हूं? क्योंकि अब तक मैं अपने को शरीर मानता हूं, श्वास मानता हूं। अब शरीर और श्वास बिल्कुल अलग दिखाई पड़ रहे हैं--फिर मैं कौन हूं? इस तीसरे चरण में दस मिनट तक हम अपने भीतर पूछेंगे कि मैं कौन हूं?
पहले दस मिनट में तीव्र श्वास। दूसरे दस मिनट में शरीर के साथ तीव्र सहयोग। और तीसरे चरण में "मैं कौन हूं?" की तीव्र वर्षा। भीतर इतने जोर से पूछना है कि पैर से लेकर सिर तक एक ही सवाल गूंजने लगे कि मैं कौन हूं? और शरीर की विद्युत जगी हुई होगी, आपके सवाल को विद्युत की तरंगें पकड़ लेंगी और पूरे शरीर के कंपन में प्रश्न गूंजने लगेगा--मैं कौन हूं? इसे इतने जोर से पूछना है कि दो "मैं कौन हूं?" के बीच में जगह न बचे। इसे इतनी शक्ति से पूछना है कि कुछ और सोचने का न समय बचे, न शक्ति बचे, न सुविधा बचे, बस ये दस मिनट एक सवाल रह जाए। पांच मिनट तेजी से भीतर पूछने के बाद बहुत से मित्रों की आवाज बाहर निकलने लगेगी, तो उससे भयभीत नहीं होना है। "मैं कौन हूं?" शुरू भीतर करना है। अगर चिल्ला कर बाहर आवाज निकलने लगे तो उसे बाहर भी निकलने देना है, उसकी कोई फिकर नहीं करनी है।
तीस मिनट में आपका शरीर थक जाएगा, आपकी प्राणशक्ति थक जाएगी, आपकी मनःशक्ति थक जाएगी। ये तीन चरण तीनों को थका डालेंगे। और तीस मिनट में इतनी क्लाइमेक्स तक आपको पहुंच जाना है तनाव की, टेंशन की, इतने जोर से यह सब करना है कि तीस मिनट में जैसे आप बिल्कुल मुर्दा होकर गिर पड़े।

तीस मिनट बाद मैं आपको कहूंगा कि बस, अब रुक जाएं! कोई बैठा होगा, कोई गिर गया होगा, कोई खड़ा होगा। जो जैसा होगा वह वैसा ही रह जाएगा। उस समय आपको अपनी तरफ से कुछ नहीं करना है। गिर गए हैं तो गिरे रह जाएंगे; बैठे हैं तो बैठे रह जाएंगे; खड़े हैं तो खड़े रह जाएंगे। ऐसा नहीं कि आप खड़े हैं तो बैठ जाएं अपनी तरफ से। उस समय जो हालत आपकी हो, आप उसी में रह जाएंगे। और दस मिनट सिर्फ प्रतीक्षा करेंगे कि क्या हो रहा है।
उस दस मिनट में बहुत से अनुभव होंगे। उस दस मिनट में शांति का अनुभव
तो सहज ही सभी को होगा। आधे से ज्यादा मित्रों को आनंद की भी प्रतीति होगी। उससे भी ज्यादा मित्रों को प्रकाश का अनुभव होगा। कुछ मित्रों को रंगों के अनुभव होंगे। कुछ मित्रों को सुगंध का अनुभव होगा। बहुत थोड़े से, एक-दो मित्रों को, स्वाद का अनुभव होगा। और फिर भी भिन्न-भिन्न अनुभव प्रत्येक को होंगे।
इन अनुभव की धारा भीतर बहने लगेगी, उसे साक्षी-भाव से देखते रहना है।
ये अनुभव आध्यात्मिक नहीं हैं, ये अनुभव मानसिक ही हैं। लेकिन अध्यात्म की तरफ गति हो रही है, इसके ये सूचक हैं। ये भी खो जाएंगे, कुछ मित्रों के चार दिन में भी खो जाएंगे, सिर्फ शून्य रह जाएगा। और उस शून्य में, जिसे हम निराकार परमात्मा कहें, ब्रह्म कहें, आत्मा कहें--उसके लिए क्या शब्द प्रयोग किया जाए--उसकी अनुभूति, उसका स्वाद, उसका रस अनुभव में आना शुरू होगा।
यह सहज हो जाएगा अगर आपने तीन चरण पूरे किए--ऑनेस्टली, ईमानदारी से। क्योंकि वह आपकी जानकारी की बात है, उसका दूसरे से कोई संबंध नहीं है। आप खड़े रह सकते हैं। पैर नाचना चाहें, आप न नाचें, तो पैर रुके रह जाएंगे। प्राण चिल्लाना चाहें, आप न चिल्लाएं, तो नहीं चिल्लाएंगे, रुके रह जाएंगे। आप धीरे-धीरे "मैं कौन हूं?" मुर्दे की तरह भीतर पूछते रहें, तो वह गति पैदा नहीं हो पाएगी जो जरूरी है।
पानी को भाप बनना हो तो सौ डिग्री तक गरम करना जरूरी है, तब वह भाप बनता है। अट्ठानबे डिग्री पर भी भाप नहीं बनता, निन्यानबे डिग्री पर भी भाप नहीं बनता। आप परमात्मा से यह नहीं कह सकते कि सिर्फ एक डिग्री के लिए इतनी ज्यादती क्यों कर रहे हैं? निन्यानबे डिग्री हो गया है, भाप बना दें, एक ही डिग्री की तो बात है! निन्यानबे डिग्री तक आ गए, एक डिग्री की इतनी कंजूसी क्यों कर रहे हैं? लेकिन इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। सौ डिग्री पर ही पानी भाप बनेगा। अगर निन्यानबे डिग्री तक भी जाकर आप रुक गए तो गरम पानी ही रह कर वापस ठंडे हो जाएंगे।
ठीक प्रत्येक के भीतर एक क्लाइमेक्स की स्थिति है, जहां से जीवन में ऊर्ध्वगमन शुरू होता है, जहां से क्रांति शुरू होती है, जहां से म्यूटेशन शुरू होता है, जहां से व्यक्ति मिटता है और परमात्मा शुरू होता है। अगर आप उस सौ डिग्री तक नहीं पहुंचते, तो आप वापस नीचे गिर जाएंगे और मेहनत बिल्कुल व्यर्थ हो जाएगी, उसका कोई अर्थ नहीं रह जाएगा।
इसलिए मैं आपसे कहूंगा कि ईमानदारी से जो मैं कहूं उसे पूरा करके देख लें। इसमें श्रद्धा की कोई भी जरूरत नहीं है। एक हाइपोथेटिकल एक्सपेरिमेंट करके देख लें, कि हम देखें इससे क्या हो सकता है? चार दिन करके देख ही लें।
और जो लोग भी ईमानदारी से करेंगे वे श्रद्धा को उपलब्ध हो जाएंगे। श्रद्धा पहले से जरूरी नहीं है। आपको विश्वास करने की जरूरत नहीं है कि जो मैं कह रहा हूं वह होगा ही। आप तो इतना ही मान कर चलें कि यह व्यक्ति कुछ कह रहा है, इसे करके देख लें। हो तो ठीक, न हो तो समझें कि गलत है।
और अगर आप ने किया तो होना वैसे ही निश्चित है, जैसे सौ डिग्री पर पानी गरम हो जाता है। किसी के विश्वास की जरूरत नहीं है। विश्वास से पानी गरम नहीं होता। आप चाहे अविश्वासी हों, नास्तिक हों, कोई फर्क नहीं पड़ता। पानी गरम करिए, सौ डिग्री पर भाप बनेगा।
मैं जिस ध्यान की बात कर रहा हूं, वह बिल्कुल साइंटिफिक बात है। आप नास्तिक हों, ईश्वर को न मानते हों, आत्मा को न मानते हों, धर्म को न मानते हों, कोई हर्जा नहीं, मानने की कोई जरूरत ही नहीं। आप प्रयोग को करें, और आप पाएंगे कि उस प्रयोग के अनुभव से आपके भीतर फर्क होना शुरू हो गया है।

श्रद्धा, ध्यान का फल है; प्राथमिक शर्त नहीं है, वह आखिरी परिणाम है। पहली शर्त नहीं है।
आपने समझ लिया। दो-तीन बातें और आपसे कह दूं, फिर हम प्रयोग के लिए खड़े हों। जो लोग बीमार हों और अशक्त हों, वे लोग भर बैठ कर प्रयोग करेंगे, बाकी सारे लोग खड़े होकर ही प्रयोग करेंगे। खड़े होकर जल्दी परिणाम होते हैं, बैठ कर जल्दी परिणाम नहीं होते हैं। सारे लोग फासले पर खड़े होंगे, यहां तो जगह काफी है, दूर-दूर फैल जाएंगे फासले पर, ताकि आप नाचने लगेंगे तो किसी को आपके द्वारा धक्का न लगे और किसी को धक्का लग जाए तो उसकी परेशानी नहीं लेनी है।
दूसरी बात--जैसे ही प्रयोग शुरू होगा, उसके पहले दो बातें हैं--मैं आपको आंख बंद करने के लिए कहूंगा और यह आंख चालीस मिनट तक बंद रखनी है। यह आपका पहला संकल्प होगा। उसे भी ईमानदारी से निभाना है। एक दफे भी आंख खोली तो नुकसान होगा। आपके भीतर जो ऊर्जा इकट्ठी होगी, वह व्यर्थ खराब हो जाएगी। हमारे भीतर की शक्ति का अधिक हिस्सा हमारी आंख से बिखरता है। इसलिए चालीस मिनट आंख बिल्कुल ही बंद रखनी है। जब तक मैं न कहूं तब तक आपको आंख नहीं खोलनी है। आपके आस-पास चिल्लाना होगा, रोना होगा, नाचना होगा-- आपके भीतर होगा--आपको फिकर छोड़ देनी है।
देखने की इच्छा होगी। हमारे भीतर का बच्चा जल्दी नहीं मर जाता। जितनी जल्दी शरीर बदल जाता है, उतनी जल्दी भीतर का बच्चा नहीं मर जाता। वह जानना चाहेगा कि बगल का आदमी क्या कर रहा है?
तो उसके लिए मैंने फिल्म बुलवा ली है। अभी आज ही बनी है। तो रात आपको फिल्म दिखा देंगे, उसमें आप पूरा देख लेंगे कि कौन क्या कर रहा है। तो आपकी जिज्ञासा तृप्त हो जाएगी। इसलिए आप अभी फिकर न करेंगे कि कौन क्या कर रहा है, किसको क्या हो रहा है। रात में फिल्म देख लेंगे।
यहां देखने वाला कोई भी नहीं रुकेगा। अगर किसी को सिर्फ देखना हो, तो
वह यहां कैंपस के बाहर हो जाएगा--या तो वह दूर पीछे चला जाएगा, लेकिन यहां नहीं बैठ सकेगा। यहां एक भी आदमी, जो ध्यान नहीं कर रहा हो, उसे अलग हो जाना है। उसकी मौजूदगी हमारे सब मित्रों को बाधा बनेगी। उसे यहां से हट जाना है। न केवल आपके भीतर विद्युत पैदा होती है, पूरा एटमास्फियर चार्ज्ड होता है। उसमें एक आदमी भी अगर व्यर्थ खड़ा है, तो वह नुकसान करता है और वह चेन को तोड़ता है। उसकी यहां जरूरत नहीं है। इसलिए वह ख्याल से, जिनको भी नहीं करना हो, वे यहां खड़े नहीं रहेंगे, वे चुपचाप चले जाएंगे।
ये कुर्सियां जो हैं, ये आप उठेंगे और कुर्सियां हटा दें वहां से पीछे, क्योंकि उन पर कोई गिर जाएगा तो तकलीफ होगी।

योग: नये आयाम
छठवां प्रवचन

संन्यास की दिशा

मे रे प्रिय आत्मन्!
थोड़े से सवाल हैं, उनके संबंध में कुछ बातें समझ लेनी उपयोगी हैं।

एक मित्र ने पूछा है कि कुछ साधक कुंडलिनी साधना का पूर्व से ही प्रयोग कर रहे हैं। उनको इस प्रयोग से बहुत गति मिल रही है। तो वे इसको आगे जारी रखें या न रखें? उन्हें कोई हानि तो नहीं होगी?

हानि का कोई सवाल नहीं है। यदि पहले से कुछ जारी रखा है और इससे गति मिल रही है, तो तीव्र गति से जारी रखें। लाभ ही होगा। परमात्मा के मार्ग पर ऐसे भी हानि नहीं है।

दूसरे मित्र ने पूछा है--और और भी दो-तीन मित्रों ने वही बात पूछी है--
कि यह रोना, चिल्लाना, हंसना, नाचना कब तक जारी रहेगा?

यह तीन सप्ताह से तीन महीने तक जारी रह सकता है। जो ठीक से प्रयोग को
कर लेंगे, तीन सप्ताह में रोना, हंसना, चिल्लाना विलीन हो लाएगा और पहले चरण से ठीक चौथे चरण में प्रवेश हो जाएगा, बीच के दो चरण अपने आप गिर जाएंगे। जो ठीक से नहीं करेंगे, धीमे-धीमे करेंगे, उन्हें तीन सप्ताह से लेकर तीन महीने तक का समय लग सकता है। लेकिन यह कोई सदा चलने वाली बात नहीं है, यह तो मन के विकार जब गिर जाएंगे तो अपने आप विलीन हो जाएगा। अब कितनी तीव्रता से आप विकारों को गिराते हैं, इस पर समय की लंबाई निर्भर करेगी। लेकिन अगर तीन महीने ठीक से प्रयोग किया तो आमतौर से तीन महीने में यह सब शांत हो जाएगा। फिर आप एक-दो गहरी श्वास लेंगे और तत्काल चौथे चरण में प्रवेश हो जाएगा। लेकिन यह तभी होगा जब आप पूरी तरह से ये बीच के दो चरण कर डालें। इसमें जरा सी भी कंजूसी की तो वर्षों लग सकते हैं। सवाल उलीच कर फेंक देने का है अपने भीतर से।

दूसरे दो-तीन मित्रों ने पूछा है कि यह रोना-चिल्लाना बड़ी कठिनाई देगा घर के लोगों को, पड़ोसियों को।

शुरू-शुरू में देगा, एक दिन देगा, दो दिन देगा। आप खुद ही जाकर उनसे पहले ही प्रार्थना कर आएं कि घंटे भर मैं ऐसा करूंगा, आप घंटे भर के लिए क्षमा कर दें। पहले ही कह आएं, इसके पहले कि वे आपसे पूछें कि क्या कर रहे हैं।
और चूंकि यह प्रयोग एकदम नया है, इसलिए थोड़ा समय लगेगा। अभी कोई बगल में भजन करने लगता है जोर से, तो किसी को तकलीफ नहीं होती। कोई जोर से राम-राम जपने लगता है, तो आप समझते हैं ध्यान कर रहा है। एक-दो वर्ष के भीतर मुल्क में लाखों लोग इसे करेंगे और लोग समझ लेंगे कि ध्यान कर रहे हैं। अभी शुरू में जो लोग करेंगे, उन्हें थोड़ी अड़चन है। शुरू में कुछ भी करने में थोड़ी अड़चन होती है। पर वह एक-दो दिन की बात है। अभी भी मुल्क में हजारों लोगों ने करना शुरू किया है। एक-दो दिन आस-पास के लोग उत्सुक होते हैं, फिर भूल जाते हैं।
और आपके व्यक्तित्व में जो अंतर पड़ने शुरू हो जाएंगे तीन सप्ताह के भीतर ही वे भी उनको दिखाई पड़ेंगे; आपका रोना-चिल्लाना ही दिखाई नहीं पड़ेगा। और अगर आपने प्रयोग ईमानदारी से किया है, तो आपके पड़ोसी बहुत ज्यादा दिन तक प्रयोग से बच न सकेंगे। वह प्रयोग उन्हें पकड़ना शुरू हो जाएगा।

इसलिए आपके रोने-चिल्लाने को आप बहुत परेशानी से न लें। बल्कि वह भी हितकर होगा। पास के लोग आकर पूछेंगे तो पूरा ध्यान उनको समझा दें। और उनको कहें कि आप भी कल साथ बैठ जाएं।

एक और सवाल रोज पूछा जा रहा है, उस संबंध में थोड़ी बात आपसे कहूं।
इधर अभी मनाली शिविर में बीस लोगों ने एक नये प्रकार के संन्यास में प्रवेश किया है। उस संबंध में रोज पूछा जा रहा है कि वह संन्यास क्या है? वह मैं आपसे कहूं।

दो-तीन बातें संक्षिप्त में। पहली बात तो यह कि संन्यास जैसा आज तक दुनिया में था, अब भविष्य में उसके बचने की कोई संभावना नहीं है। वह नहीं बच सकेगा। सोवियत रूस में आज संन्यासी होना संभव नहीं है। चीन में संन्यासी होना अब संभव नहीं है। और जहां-जहां समाजवाद प्रभावी होगा, वहां- वहां संन्यास असंभव हो जाएगा। जहां भी यह ख्याल पैदा हो जाएगा कि जो आदमी कुछ भी नहीं करता है उसे खाने का हक नहीं है, वहां संन्यास मुश्किल हो जाएगा।
आने वाले पचास वर्षों में दुनिया में बहुत सी संन्यास की परंपराएं एकदम विदा हो जाएंगी। चीन में बड़ी बौद्ध परंपरा थी संन्यास की, वह एकदम विदा हो गई। तिब्बत से लामा विदा हो रहे हैं, वे बच नहीं सकते। रूस में भी बहुत पुराने ईसाई फकीरों की परंपरा थी, वह नष्ट हो गई। और दुनिया में कहीं भी बचना मुश्किल है।
इसलिए मेरी अपनी दृष्टि यह है कि संन्यास जैसा कीमती फूल नष्ट नहीं होना चाहिए। संन्यास की संस्था चाहे विदा हो जाए, लेकिन संन्यास विदा नहीं होना चाहिए। तो उसे बचाने का एक ही उपाय है और वह उपाय यह है कि संन्यासी जिंदगी को छोड़ कर न भागे, जिंदगी के बीच संन्यासी हो जाए। दुकान पर बैठे, मजदूरी करे, दफ्तर में काम करे, भागे न, उसकी आजीविका समाज के ऊपर निर्भर न हो। वह जहां है, जैसा है, वहीं संन्यासी हो जाए। तो इन बीस संन्यासियों को इस दिशा में प्रवृत्त किया है कि वे अपने दफ्तर में काम करेंगे, अपने स्कूल में नौकरी करेंगे, अपनी दुकान पर बैठेंगे, और संन्यासी का जीवन जीएंगे।
इसका परिणाम दोहरा होगा। एक तो इसका परिणाम यह होगा कि संन्यासी शोषक नहीं मालूम होगा; वह किसी के ऊपर निर्भर है, ऐसा नहीं मालूम होगा। संन्यासी को भी इससे लाभ होगा। क्योंकि जो संन्यास की परंपरा समाज पर निर्भर हो जाती है, वह गुलाम हो जाती है, हमें पता चले या न चले। वह समाज की गुलामी में जीने लगती है। और जिनको हम रोटी देते हैं, उनसे हम आत्मा भी खरीद लेते हैं। इसलिए संन्यासी आमतौर से विद्रोही होना चाहिए, लेकिन हो नहीं पाता। क्योंकि वह जिनसे भोजन पाता है, उनकी गुलामी में उसे समय बिताना पड़ता है। वह वही बातें कहता रहता है जो आपको प्रीतिकर हैं, क्योंकि आप उसको रोटी देते हैं।
संन्यास एक क्रांतिकारी घटना है। उसके लिए जरूरी है कि व्यक्ति भीतरी रूप से, आर्थिक रूप से अपने ही ऊपर निर्भर हो।
तो एक तो संन्यास को घर-घर में पहुंचाने का मेरा ख्याल है।
इसका दूसरा गहरा परिणाम यह होगा कि जब संन्यासी घरों को छोड़ कर भाग जाता है, तो संन्यासी से जो फायदा संसार को होना चाहिए वह नहीं हो पाता। अच्छे लोग जब संसार छोड़ देते हैं तो संसार बुरे लोगों के हाथ में पड़ जाता है। इससे नुकसान हुआ है। मैं मानता हूं कि किसी आदमी की जिंदगी में अच्छाई का फूल खिले, तो उसे ठेठ बाजार में बैठा होना चाहिए, कि उसकी सुगंध बाजार में फैलनी शुरू हो। अन्यथा वह तो भाग जाएगा, दुर्गंध फैलाने वाले जम कर बैठे रहेंगे।
तो संन्यासी को घर-घर में--वह वेश परिवर्तन कर ले, वह अपनी सारी वृत्तियों को परमात्मा की ओर लगा दे, लेकिन छोड़ कर न भागे; बल्कि अब, जिस घर का काम कल तक वह सोचता था, मैं कर रहा हूं, अब परमात्मा का उपकरण बन कर उस घर का काम किए चला जाए। न पत्नी को छोड़े, न बच्चों को छोड़े, न घर को छोड़े। अब यह

सारे काम को परमात्मा का काम समझ कर चुपचाप करता चला जाए। इसका कर्ता न रह जाए। बस इसका द्रष्टा भर रह जाए।
ऐसे संन्यास की प्रक्रिया से, मैं सोचता हूं, एक तो लाखों लोग उत्सुक
हो सकेंगे। जो कभी घर छोड़ने का विचार नहीं कर पाते हैं, उनकी जिंदगी में भी संन्यास का आनंद आ सकेगा। और यह जिंदगी भी प्रफुल्लित होगी। अगर हमें सड़कों पर, बाजारों में, मकानों में, दफ्तरों में संन्यासी उपलब्ध होने लगे, उसके कपड़े, उसकी स्मृति, उसकी हवा, उसका व्यवहार, वह सारी जिंदगी को प्रभावित करेगा।
इस दृष्टि से जो लोग भी बार-बार पूछ रहे हैं, वे अगर उत्सुक हों, तो आज तीन से चार वे मुझसे अलग से बात कर लें, जिन्हें संन्यास का ख्याल हो कि उनकी जिंदगी में यह संभावना बने।
इस संन्यास में मैंने दो-तीन बातें और संयुक्त की हैं। एक तो इस संन्यास को पीरियाडिकल रिनंसिएशन कहा है, सावधि संन्यास कहा है।
मेरा मानना है, किसी आदमी को भी जिंदगी भर के निर्णय नहीं लेने चाहिए।
आज आप निर्णय लेते हैं, हो सकता है छह महीने बाद आपको लगे कि गलती हो गई। तो आपके वापस लौटने का उपाय होना चाहिए। अन्यथा संन्यास भी बोझ हो सकता है। जब हम एक दफे एक आदमी को संन्यास दे देते हैं तो आग्रह रखते हैं कि वह जिंदगी भर संन्यासी रहे। हो सकता है साल भर बाद उसे लगे कि यह गलती हो गई है। तो उसे वापस लौटने का अधिकार होना चाहिए, बिना निंदा के।
इसलिए यह जो मेरा, जिसे मैंने संन्यास कहा है, पीरियाडिकल है। आप जिस दिन भी चाहें, वापस चुपचाप लौट जा सकते हैं। कोई आपके ऊपर इसका बंधन नहीं होगा।
थाईलैंड और बर्मा में इस तरह के संन्यास का प्रयोग प्रचलित है और उससे थाईलैंड और बर्मा की जिंदगी में फर्क पड़ा है। हर आदमी थोड़े-बहुत दिन के लिए संन्यास तो एक दफे ले ही लेता है। किसी आदमी को वर्ष में दो महीने की फुरसत होती है, तो दो महीने संन्यास ले लेता है। और दो महीने संन्यासी की तरह जीकर वापस अपने घर की दुनिया में लौट आता है। आदमी बदल जाता है। दो महीने संन्यासी रहने के बाद आदमी वही नहीं हो सकता जो था। उसके भीतर का सब बदल जाता है। फिर वर्ष, दो वर्ष के बाद उसे सुविधा होती है, दो महीने के लिए संन्यास ले लेता है।
इसलिए दूसरी भी दिशा मैंने इसमें जोड़ी है कि जो लोग कुछ सीमित समय के लिए संन्यास लेना चाहें, वे सीमित समय के लिए संन्यास लेकर प्रयोग करें। अगर उनका आनंद बढ़ता जाए तो समय को बढ़ा लें। अगर उन्हें ऐसा लगे कि नहीं, वह उनकी बात नहीं है, तो चुपचाप वापस लौट आएं।
इससे दोहरे फायदे होंगे। संन्यास बंधन नहीं बनेगा। संन्यास स्वतंत्रता है, इसलिए बंधन बनना नहीं चाहिए। अभी हमारा संन्यासी बिल्कुल बंधा हुआ कैदी हो जाता है। और दूसरी बात--संन्यास बंधन नहीं बनेगा, एक--और दूसरी बात कि संन्यास प्रत्येक के लिए, चाहे थोड़े समय के लिए ही सही, उपलब्ध हो जाएगा। और अगर एक आदमी अपने सत्तर साल की जिंदगी में पांच दफा दो-दो महीने के लिए भी संन्यासी हो गया हो, तो मरते वक्त दूसरा आदमी होगा। वह वही आदमी नहीं हो सकता। अधिकतम लोगों को संन्यासी होने का मौका मिल जाएगा, अधिकतम लोग संन्यास का रस और आनंद अनुभव कर सकेंगे। और मेरा मानना है कि जो एक दफे संन्यास में जाएगा, वह वापस लौटेगा नहीं। यह न लौटना नियम से नहीं होना चाहिए, यह न लौटना संन्यास के आनंद से होना चाहिए। लेकिन लौटने की स्वतंत्रता कायम रहनी चाहिए।
इस संबंध में अभी ज्यादा बात करनी उचित नहीं होगी। जिन मित्रों को संन्यास की दिशा में उत्सुकता हो, वे दोपहर तीन से चार मुझे मिल ले सकते हैं।
कुछ शायद दस-पांच नये मित्र होंगे, तो मैं दो मिनट आपको प्रक्रिया दोहरा दूं। फिर हम ध्यान के प्रयोग के लिए बैठें।

ध्यान का यह प्रयोग, संकल्प का, विल पावर का प्रयोग है। आप कितने संकल्प से लगते हैं इसमें, उतना ही परिणाम होगा। अगर इंच भर भी आपने अपने को बचाया, तो परिणाम नहीं होगा। इसमें पूरा ही कूदना पड़ेगा। इसमें बचाव से

नहीं चल सकता है। और प्रक्रिया ऐसी है कि आप पूरे कूद सकते हैं, कठिनाई नहीं है।
उसके तीन चरण हैं।
पहले चरण में आपको तीव्र श्वास दस मिनट तक लेनी है। इसे बढ़ाते जाना है, तेज करते जाना है। इस भांति श्वास लेनी है कि आपको दूसरा कुछ स्मरण ही न रह जाए। बस, श्वास ही रह जाए। सारा प्रयोग--दस मिनट आप भूल जाएं सारी दुनिया को। और जो जोर से श्वास लेगा वह भूल जाएगा। बस, श्वास की क्रिया ही उसके बोध में रह जाएगी। भीतर-बाहर श्वास ही श्वास में सारी शक्ति लगा देनी है।
दूसरे दस मिनट कैथार्सिस के हैं, रेचन के हैं। दूसरे दस मिनट में नाचना, कूदना, चिल्लाना, रोना, हंसना, जो भी आपको आने लगे, उसे पूरी ताकत से करना है। दस-पांच मित्रों को, जिन्हें न आए अपने आप, उन्हें अपनी ओर से जो भी सूझे वह शुरू कर देना है--नाचना लगे नाचना, चिल्लाना लगे चिल्लाना। और प्रयास मत करें, बस शुरू कर दें।
कल दो-तीन मित्र आए। उन्होंने कहा, हम प्रयास करते हैं, लेकिन होता नहीं।
प्रयास की जरूरत नहीं है। उछलने के लिए कोई प्रयास करना पड़ेगा? शुरू
कर दें। प्रयास की कोई फिक्र न करें। जैसे ही आप शुरू करेंगे, धारा टूट जाएगी और सहज हो जाएगा। और एक-दो दिन में आप पाएंगे कि वह अपने आप आने लगा। हमारे मन में बहुत से दमन इकट्ठे हैं, बहुत से वेग इकट्ठे हैं, वे गिर जाने चाहिए।
भीतर शक्ति का जन्म होगा, पूरा शरीर इलेक्ट्रिफाइड हो जाएगा, कंपित होने लगेगा। यह शक्ति जगाने के लिए ही दस मिनट गहरी श्वास की चोट कर रहे हैं, उससे कुंडलिनी जागेगी।
फिर दूसरे दस मिनट में मन के विकारों को गिराने के लिए प्रयोग कर रहे हैं, ताकि कुंडलिनी के मार्ग में कोई बाधा न रह जाए, सब बाधाएं अलग हो जाएं। और कुंडलिनी की यात्रा सीधी ऊपर जा सके, चित्त के सारे रोग अलग हो जाएं। अन्यथा कुंडलिनी से जगी हुए शक्ति को चित्त के रोग एब्जार्ब कर लेते हैं, वह चित्त के रोगों में प्रविष्ट हो जाती है। इसलिए रेचन जरूरी है, सब कचरा बाहर फेंक देना जरूरी है।
फिर तीसरे चरण में जो शुद्ध शक्ति बचेगी कुंडलिनी की, उसको जिज्ञासा में रूपांतरित करना है, उसको इंक्वायरी बनाना है। इसलिए तीसरे चरण में दस मिनट तक "मैं कौन हूं?" पूछना है।
आज तो आखिरी दिन है, इसलिए मन में मत पूछें। पूरे दस मिनट पूरी शक्ति लगा कर जोर से चिल्ला कर पूछें। इतने जोर से पूछें कि आपको और दूसरी बात ख्याल में ही आने की सुविधा न रह जाए कि कुछ और विचार, कोई और जगत भी है। बस "मैं कौन हूं? मैं कौन हूं?" इसमें डूब जाएं। किन्हीं को अगर हिंदी की जगह मराठी में पूछना सुविधाजनक पड़ता हो तो वे मराठी में पूछ सकते हैं। यह सवाल नहीं है। अगर उनको मराठी सुविधाजनक पड़ती है तो वे उसमें ही पूछें। जिस भाषा में आपके हृदय की गहराई है, उसी भाषा में पूछें। दस मिनट पूरी शक्ति लगा कर पूछना है। इन तीस मिनट में अपने को बिल्कुल थका डालना है। जरा भी बचाना नहीं है, रोकना नहीं है।
और आखिरी दस मिनट में मौन प्रतीक्षा करनी है। वह साइलेंट अवेटिंग के वक्त, वही दस मिनट असली हैं। ये तीस मिनट तैयारी है, वे दस मिनट असली हैं। उन दस मिनट में गहरी शांति, आनंद, गहरे प्रकाश, और-और बहुत तरह के अनुभव होने शुरू होंगे।
इस प्रयोग को चाहें तो दस-दस, पांच-पांच मित्रों के ग्रुप बना लें और कहीं एक जगह इकट्ठे होकर करें, तो एक-एक व्यक्ति को जो अड़चन होती है वह नहीं होगी। जो भी दस-पांच मित्र किसी एक घर में इकट्ठे हो जाएं, वहां प्रयोग करें। इक्कीस दिन साथ कर लें। फिर बैठ कर अकेले में घर करने लगें। यह चिल्लाना, रोना धीरे-धीरे कम हो जाएगा और शांति बढ़ती जाएगी। और एक तीन महीने में आपके भीतर सतत धारा बहने लगेगी शांति की, आनंद की। और चारों ओर परमात्मा प्रत्यक्ष होने लगेगा। ऐसा नहीं कि कहीं खड़ा हुआ मिल जाएगा।
नहीं, जो भी दिखाई पड़ेगा वह परमात्मा का रूप ही मालूम होने लगेगा।

अब हम प्रयोग के लिए खड़े हो जाएं। जिन मित्रों को बैठ कर करना हो, वे मेरे पीछे आ जाएंगे।